Life
Leisure
生活に必要な情報がこの一冊に！
シンガポール
生活ガイドブック
2021
Shopping
Gourmet
Beauty
School
Stay
WEEKLY
SingaLife

国産和牛を手頃な値段で楽しめる焼肉王

ガスでも電気でもなく、七輪で焼くことも焼肉王の人気ポイント。ガスにはない強力な熱量で焼くから、外側はしっかり内側はしっとりとした焼き上がりに。国産和牛を一頭買いをしているから新鮮な和牛を提供できる、シンガポール人にも日本人にも人気の焼肉店。炭火の七輪で焼くから、旨味を閉じ込めます。100種類以上もあるバラエティ豊かなメニューも人気の秘密です。ラーメンやカレーにも根強いファン多数！

カッページプラザは「サラリーマンの聖地」新橋のような雰囲気

オススメメニュー
八分目盛り合わせ（$49.80）
牛肉と豚肉、鶏肉が合計400グラム。

チョレギサラダ（$10.80）
ボリュームたっぷりのサラダ

キムチ盛り合わせ（$12.80）
白菜キムチ、カクテキ、キュウリキムチ

焼肉王の隣にVIP焼肉王が2021年9月にリニューアルオープン！
なんと全室個室の焼肉店がカッページに登場し、
落ち着いた雰囲気の店内は日本の焼肉店と変わらない佇まい。
VIP焼肉王の個室利用は使用料として、お一人様$10++頂戴します。
（最低使用料なし / 時間制限なし）

焼肉王 / VIP焼肉王

5 Koek Rd, #01-07/12,13, S228796（Somerset駅）
6733 1248
hisashi@jfort.sg
月～日12:00-22:30
yakinikuoh　yakiniku_oh_sg

高コスパの焼肉食べ放題

シンガポールで焼肉を食べるとなると、気になるのがそのお値段。日本と比べて高くついてしまうので、食べたいお肉を我慢する方が多いと思います。その点、食べ放題の焼肉であれば定額料金なので、いくら食べても支払う料金は同じ。家族で食べに行っても安心です。シンガポールの焼肉なら、クレメンティにある焼肉王子へ。

清潔感ある綺麗な店内

オススメメニュー
松：$45.80
竹コースに和牛がついてくる

竹：$32.80
梅コース＋米国産の牛肉カルビ

梅：$19.80
豚、鶏、野菜などのサイドメニューも有。

焼肉王子はオーチャードのカッページプラザにある人気焼肉店・
焼肉王の姉妹店です。
一部のメニューでは、ほぼ同等の肉質の肉を提供しています。
美味しい焼肉を時間いっぱい楽しめるのが、
焼肉王子の最大の魅力です。

焼肉王子（Yakiniku-Ohji）

321 Clementi Ave 3, #01-01, S129905（Clementi駅）
6258 2849
noboru@jfort.sg
月～日12:00-22:30
yakinikuoh　yakiniku_oh_sg

日本の上質なお寿司を。

「こんなお店がほしかった」を叶えてくれる寛寿司ロバートソンキー店は、0次会でも締めの飲みの利用でも便利です。ディナーは$128から$300までの4コースメニューを展開し、どれも厳選した素材を使い、満足できるコースになっています。もちろんよりリーズナブルなアラカルトメニューもあります。気さくな日本人オーナーシェフが振る舞うお寿司は絶品で、お酒が進むこと間違いなし。

カウンター中心で個室もあるシックな空間

オススメメニュー

上刺身盛り合わせ …… 時価
アジや石垣貝など豪華な内容。

おまかせ寿司・刺身コース …… $188
大トロやウニまで入って充実。

人気のランチセット

銀だらとお刺身のセット …… $48

上寿司セット …… $68
など

週に4回、日本から厳選された鮮魚や野菜を入荷、北海道産の日本米、三重県伊賀の老舗の醤油を使用するなど、素材に徹底的にこだわる寿司店です。

シンガポールNo,1の和包丁の品揃え!

ロバートソンキー店にて和包丁の販売開始!
堺の和包丁とは600年の歴史を持つ、切れ味抜群の熟練の包丁職人によるハンドメイド。
値段は1本、$95のモノから$7680のモノまで様々で包丁をご購入のお客様には、砥石などの包丁ケアアイテム20%オフ!
切れなくなった包丁を一本$20～研ぎ直し、切れる包丁に仕上げます。

寛寿司（かんすし）

30 Robertson Quay, #01-04, S238251（FortCanning駅）
6970 7168
kanglobal.pte.ltd@gmail.com
火～日　ランチ12:00-14:30
ディナー18:00-22:30
定休：月（予約状況によっては営業）

10 Anson Rd, #02-54, S079903
（Tanjong Pagar駅）
6221 3678
月～金11:30-14:30/18:00-22:00
土18:00-22:00
定休：日

order.kansushi.net　@kansushi　@Kanglobal

北海道は美瑛町のジャージー牛乳が主役のカフェ

バリスタートコーヒーは、こだわりぬいた北海道産ミルクの美味しさを、ここシンガポールで心ゆくまで楽しめるカフェ。特別に輸入された北海道美瑛のジャージー牛乳を使った魅惑的なデザートを始め、シェフチームが一から丁寧に作り上げた食欲をそそるメニューの数々。本場、北海道の味をお楽しみください！

ぜひお試しください！
当店のおすすめメニュー

クリームパフ／ジャージー牛乳のカスタードクリームがたっぷり入った人気の大ぶりなシュークリーム。

トンカツサンド／揚げたての豚かつとふんわり柔らかいパン、ほんのり甘くて香ばしいとんかつソースとマスタードバターが最高の組み合わせ。

北海道カルボナーラ／自慢の北海道産美瑛ジャージー牛乳を使用したクリーミーなソースが魅力。スモークベーコンをたっぷりと麺に絡め、黒胡椒とパルミジャーノで味付けしたポーチドエッグをトッピングしたボリューム満点の一品。

クリームパフ

トンカツサンド

北海道カルボナーラ

札幌の中心部、大通公園からほど近い小さな路地にひっそりと佇むバリスタートコーヒー。この人気のコーヒースタンドを発祥としてシンガポールに2店舗を構える当店。ここでは、北海道美瑛町産ジャージー牛乳を使ったコーヒーメニューを楽しむことができます。なめらかでコクのある濃厚なミルクと高品質のコーヒー豆の組み合わせは相性抜群。コーヒーやフードメニューの美味しさはさることながら、店内のインテリアはハイセンスで、お洒落な広々とした空間でゆっくりとくつろげます。

Baristart Coffee Singapore

タンジョンパガー店
65 Tras Street, #01-01, S079004
(Tanjong Pagar駅)
6904 3168
月～日9:00-21:00

セントーサ店
40 Siloso Beach Walk Sentosa, S098996
(HarbourFront駅)
6970 0631
月～金10:00-17:00、土日祝9:00-19:00

www.baristartcoffee.sg　Baristart Coffee Singapore　@baristartcoffee_sg

洗練された新しいお料理の数々を
おまかせメニューで堪能！

Chef's Tableでのダイニング·エクスペリエンスは特別。3種類のデギュスタシオン（おまかせ）メニューは、4コース·6コース·8コースからお選び頂けます。季節の新鮮食材28種類を使った美しい料理の数々。60種類のワインも取りそろえており、その日のコース料理に合わせたワインペアリングもおすすめ。

4コースおまかせ 98++　　6コースおまかせ 128++　　8コースおまかせ 150++
ランチスペシャル（金曜日限定）4コースおまかせ （※コーヒー·紅茶·水込み）58++

ビジネスランチやディナー等のプライベート予約を店内·店外でも歓迎受付中

Chef's Table by Chef Stephan

61 Tras Street, S079000
6224 4188
ChefsTable@2015L.com
www.ChefsTable.sg
火〜土18:00-00:00 (L.O 21:30)
ランチは金のみ 12:00-15:00　定休日：日月

CHEF'S TABLE

日本人の間で人気の中華料理店

数々の賞を受賞し、ロブスターシェフとして知られるラウ·シャウ·ディーが、ワンヘイローの最高の中華料理を手頃な値段で提供しています。新鮮な食材とスパイスを駆使して創り出される料理はどれも大人気。是非、人気メニューの蓮根と玉子の塩漬けの揚げ物や黒豚のソテー、そして名物のロブスター粥をご賞味下さい。

特別プロモーション

店内ご飲食のお客様専用！
ロブスター粥（8人前$538または10人前$638）のご注文でハウスワイン1本プレゼント！

蓮根と玉子の塩漬けの揚げ物　$11.90++

エビ団子のワサビ鯱子添え　$17.90++

セットメニューは、三種の前菜、カニ入りフカヒレスープ、酔っ払いエビ、タンキーハニーポーク、蒸したマーブルゴビー（カワアナゴ科の魚）、名物ロブスター粥、鮑とナマコと青龍菜の炒め物、シェフおすすめデザートとなります。（10人分$638.00++）

座席数80席（個室なし）
最大予約可能数　1テーブル14人まで

萬合樓
WAN HE LOU
Beauty World Branch

Beauty World店 (Bukit Timah)　8725-3328
9 Yuk Tong Avenue (S) 596314

Maude Road店 (Jalan Besar)　6294-8057
65 Maude Road (S) 208347

営業時間：11:00〜14:30 / 17:00〜22:30

www.wanhelou.com　/wanhelou

学校

学校

シンガポールの日本人学校について

シンガポールの教育機関に関しては、
主に日本人学校か、インターナショナルスクールか、
ローカル系かで選ぶことが多いようです。

日本にいる時から始めたい学校選び

シンガポールの教育機関に関しては、主に日本人学校を含む日系か、インターナショナルスクールか、ローカル系かという選択になりますが、何を選ぶかによって子どもが受ける教育は大きく変わるので、最終的には学校や幼稚園を実際に見てから決める人が多いようです。

学校や幼稚園に関しても、メールで見学の予約をしておくと現地ですぐに行動に移せて時間を有効に使うことができます。

教育システムは日本の小学校と変わらない

まず、日本人学校は文部科学省が運営しているため、教育基本法に基づいた教育システムやカリキュラムが行われており日本の公立学校とそれほど大きな違いはありません。

日本と同じように4月が学年の始まりですし、小学校入学の基準も4月1日の時点で6歳になっている子供が1年生になります。

学期も日本と同じ3学期制で、長期休みは夏休みが8月の1か月、冬休みは10日ほど、春休みが学校関係者や企業の移動の時期と重なるため1か月近くと長くなっています。また、ゴールデンウィークなど、日本の祝祭日も学校はお休みです。

クラス分けも日本と同様、各クラスのレベルが平均になるように分けられ、1クラスの人数は日本より少ない25名~35名となっています。(＊1)

＊1　生徒の多くは日本人ですが、両親のどちらかが日本人であったり、日本人会に入っているなどの条件を満たしていれば、他国籍の子どもも入学できます。

シンガポールの日本人学校について

シンガポールでは日本人学校は、MOE(Ministry of Education：教育省)から認可された私立学校（Private School）になります。(＊2)

小学部はシンガポールの東と西に分かれており、クレメンティ校とチャンギ校は学区制を敷いています。住所によって編入先のキャンパスが決まります。

学区を越境して通学することは認められていません。中学部はウエストコーストのみですので、全島で一学区のみとなります。

編入試験の内容は以下の通りです。

【小学部】
1. 筆記試験　2. 音読試験
3. 児童の面接 教員の指示伝達等について
4. 保護者面接

【中学部】
1. 筆記試験（課題作文）
2. 面接試験

＊2　シンガポール日本人学校公式サイト　http://www.sjs.edu.sg

学用品も指定のものを購入

学用品も日本のカリキュラムと同様に行われるため、小学校ではノート指定はもちろん辞書や絵の具セット、書道セット、算盤や彫刻刀なども使用し、体操着は日本人小学校、中学校共に指定の物があります。

4月の指定された日に小学校でも販売されますし、シンガポール国内でも入手可能です。(＊3)

中学校では上履きにスニーカーを使用しますが、小学校では日本と同じタイプの上履きを使用します。こちらもシンガポールで購入可能ですが、ノートなどと合わせて、一時帰国の時にまとめて購入する人が多いようです。

＊3　学年により、何が必要かは、シンガポール日本人学校のページにも載っているので確認できます。

課外学習、生活習慣などは日本よりも自由

日本の公立小学校とシンガポールの日本人学校の大きく違う点の1つは、ランドセル登校でなくても良いことや中学校に制服がないなど、生活習慣の自由度が高いことだと言われています。小学生では日本のランドセルを使っている子もいますが、お弁当や学用品がすべて入る大きなリュックサックを使用している子どもが多いようです。

シンガポールの日本人学校では給食が出ないので、基本的にお弁当と水筒は持参ですが、学校に弁当販売業者が毎日来てくれているので朝注文して、お昼休みに引換券と交換します。おにぎりや麺類など、日本食のお弁当で、小学校、中学校ともに同じ業者が入っており、保護者のお弁当試食会も学校で開催されます。

中学生も同様にカバンは自由でリュックサックを利用しています。ただ、中学校では、式服と称し、制服の様な正装で入学式・卒業式・始業式・終業式などに参加することが求められます。

また、中学校の部活は、毎日ではなく基本的に火曜日と木曜日の週に2回で、夏休みなどの長期休みには地域での大会やそれに向けた練習などはありません。

そのため、好きなスポーツやバレエ、ピアノなどは習い事として続けている生徒が多いようです。

英語のみならずレベルの高い教育

シンガポールの日本人小学校は、1年生からある英会話の授業の他にも、音楽と水泳の授業は英語で行われます。また、英会話の授業の際にはレベル別に12段階に分けられます。

音楽は、ジャパニーズ音楽という日本と同じ音楽のクラスもあり、英語で行われるクラスは、イマージョン音楽とイマージョン水泳と呼ばれています。

また、中学校では、グローバルクラスという理科と数学、学級活動を英語と日本語で勉強するクラスがあります。通常のクラスにもインターナショナルスクールに通っていた生徒や英語圏にいた生徒がいるので、英語に関してはかなりレベルが高いと言えます。その一例として英検取得率も高く、年3回、英検2級まではシンガポールで受験することができます。

英語のみならず、その他の教科でも学力考査と言われる定期テストは、日本の公立の中学校から比べるとレベルがかなり高く、塾でも考査対策をしてくれるため、学校の平均点を上げています。

その背景としては、駐在員である保護者の意識が高いこと。いつ来るかわからない帰国に備え、早いうちから塾に通っている生徒が多いこと。またシンガポール国内に日本の大学付属私立高校もあることなどが考えられます。

シンガポールの教育制度とその特徴

シンガポールでは、基本的に次のような学校制度のもと、子どもたちは進学していきます。

プレスクール Pre School
日本での幼稚園や保育園に当たる3～6歳の子どもを対象とする任意教育。政府や民間企業、宗教団体などが運営する。

プライマリースクール Primary School
日本での小学校。6歳から6年間の義務教育。最初の4年間が基礎教育で、残りの2年間はセカンダリースクール進学のための準備教育期間。卒業時には卒業試験（PSLE)があり、結果によってその先の進路が決まる。

セカンダリースクール Secondary School
日本での中・高等学校。12歳から4～5年の中等教育。修了時にはその先の進路を決める試験を受けるため、その準備期間ともなる。

ポストセカンダリースクール Post Secondary School
修学期間は2～3年。セカンダリースクールでの修了試験の結果によって、大学進学のためのコース（ジュニアカレッジ）と、就職のための技能教育研修所（ITE）と、高度な専門分野の実務教育のためのコース（ポリテクニック）に分かれる。

シンガポールの教育制度の大きな特徴は、特化した英語教育とエリート選抜主義だと言われています。

英語はグローバル経済の先端たるシンガポールの実業界で必須なため、エリート選抜主義は優れた人材を登用することによって、短い期間で大きな発展を遂げてきた歴史によると言われています。

多くの教育機関を国で運営するシンガポールは、奨学金を出す代わりに国の省庁や警察などの要職に就かなければならないという制度があり、また留学生でも卒業後3年間シンガポールで働くことを条件に、最大75%の学費補助を行っています。

こうした教育政策の中、シンガポールの教育レベルは世界的に見てもトップレベルに成長していますが、一方で加熱する競争主義に対して批判の声がないわけではありません。

そうした中で、2021年から新たに変化するPSLEのシステムでは、全員の中での位置を確認し学力を中心に伸ばしていこうとする教育から、個人別にその特徴を伸ばしていく教育へと変化している様子がうかがえ、新たな制度に期待が高まっています。

編集部コラム

日本人はシンガポールのローカル校に入れる？入れない？

世界でも一、二を争う教育水準の高さのシンガポール。
シンガポールに長く住んでいる家庭で、悩ましいのが子どもの教育ですよね。日本人学校やインターナショナルスクールではなく、シンガポールの教育を受けさせたいと思っている家庭もあると思います。
そこで、シンガポールのローカル校への入学できるのかを、取材しました。

Q 日本人でもシンガポールのローカル校に入れるの？

➜日本人でも入学できますが・・・

ローカル校に入れる確率は確実に少なくなってきているのが現状。シンガポール全体のローカル校における外国人生徒数の割合は*約5％とも言われています。

*政府が発表している数字ではありません。

入学者の優先順位

- 第一次募集：シンガポール国民・永住権（PR）保持者
- 第二次募集：シンガポール国民・永住権（PR）保持者
  どちらの募集でも定員割れの場合に第三次募集を実施
- 第三次募集：外国人が入学申請が可能になる。

すなわち、入学できるかどうかは、まず定員割れしている学校があればという大前提となります。

入学試験

シンガポールでは、P1(Primary・1)小学1年での入学時には、入学試験はありませんが、P2,P3,P4,P5（P6での編入は認められていない）での編入には、英語と算数のテストがあります。シンガポール教育省（MOE）のサイトには、十分な準備をして試験に臨むようにと明記されています。
この試験を、AEIS(Admission exercise for international students)と言います。

入学のチャンスがあった場合に考慮しなければいけないこと

入学後に待ち受ける難関？

日本人がシンガポールのローカル校に子どもを通わせたい理由は、概して「高い教育水準」と「英語と中国語をマスターできる」というのが多いのではないでしょうか。しかしながら、中国語のハードルはかなり高いと認識しておいたほうが良いでしょう。もし、中国語が難しすぎて無理！となった場合、中国語を放棄することは許可されているようです。その場合は「母国語」を自習する形になります。
シンガポールでは、小学校卒業試験（*PSLE)があり、この場合中国語を選択しない場合は、得点が不利となります。

*PSLE (The Primary School Leaving Examination) とは、P6（小学6年生）で実施される、卒業試験のこと。

ローカル校に通わせる判断基準

- 子どもにとってのメリット・デメリットは？
- 期間は？（例えば、高校を卒業するまで？）
- 途中で日本に帰った場合はどうするのか？
- 日本語学習はどうするのか？　など

詳しくは、
〔特別レポート〕日本人はシンガポールのローカル校に入れない？
をウェブでお読みください。こちらのQRコードから➜

Pegasus International Preschool

ペガサスインターナショナルプレスクール

ペガサスのカリキュラムは、質の高い探求型学習を取り入れ、体験やプロジェクトを通して日々学んでいます。インタラクティブな教室や広い園庭で自由に楽しみながら学べる環境は子供たちの自立心や創造性を養います。当校はノベナエリア、KK Women's & Children's 病院の向かい側に位置しています。

スクールミッション

子どもたちは、探求型学習を通して学ぶ楽しさを知ることで、探求心を養い、それぞれが自信を持って成長していきます。アート、音楽、スポーツを通したインタラクティブな学習環境で実施される体験型学習は、創造力や社会性を育み、心身の健康の維持増進のために積極的に行っています。

学校設備

文化的な背景が違う様々な子ども達が広い教室で共に遊び、学んでいます。オープンコンセプトの当校では、子ども達がアクティブでたくさんの学びができるように環境を整えています。

生徒・先生からのコメント

決め手は、のびのびとした雰囲気と先生方の笑顔でした。英語環境ながらも日本人の先生が常駐しているので母語の習得もできて、引っ込み思案な娘が毎日楽しく元気に通う姿を見て本当に良かったと思います。

Pegasus
International Preschool

Pegasus International Preschool
ペガサスインターナショナルプレスクール

72 Keng Lee Road, Level 2 and 4, S219248
(ノベナ駅、バス番号 166, 56, 57, 851, 980)
6291 8286 / 9155 9521(WhatsApp)
sgpegasus@yahoo.com
https://www.pips.com.sg/

対象年齢	18ヶ月～6歳
使用言語・学習言語	英語、中国語、日本語
2022年度 入園料／保育料	登録料：$321 1. 全日 7:00-19:00 $2,200/月- 2. フレキシケア 8:30-12:30 $1,500/月 3. フレキシケア 8:30-15:30 $1,800/月
保育時間	7:00-19:00（延長保育なし）

Stamford American International School

スタンフォード・アメリカン・インターナショナルスクール

75カ国・地域から来た生徒をそれぞれの個性を受け入れ、生徒一人ひとりが持つ可能性を引き出すための助言やサポートをします。ウッドリーキャンパスには、6～18歳が学ぶ小中学校と生後2ヶ月～6歳の子どもたちが通うアーリーラーニングビレッジの2つのキャンパスがあります。コアバリューは、勇気、誠実さ、創意工夫、思いやりの4つです。全ての生徒がそれぞれの能力を磨き、成長できます。

スクールミッション

ビジョン：生徒に自分独自の未来をつくるヒントを与える。
ミッション：より複雑になる社会で活躍するための考え方やスキルを生徒と一緒に模索し、全員が希望を持ち、より高い目標を達成するための力を与える。

カリキュラム

小学校では米国式一貫教育プログラム（AERO）と国際バカロレア初等教育プログラム（IB PYP）、中学校では、AEROと国際バカロレア中等教育プログラム（IB MYP）を統合したカリキュラムを採用しています。高校では、AP、IBディプロマ、BTEC、またはその組み合わせから選択でき、卒業すると米国認定ディプロマが授与されます。

生徒・先生からのコメント

「将来何をやりたいのかわならなかったのですが、フラー先生が相談にのってくれました。不安で泣きそうな時も「あなたにならできる」と元気づけてくれました。この2年間の先生のサポートのお陰で目標を達成できました」-Trisha Bhaya

Stamford American
INTERNATIONAL SCHOOL

1 Woodleigh Lane (Off Upper Serangoon Rd), S357684
(North East line Woodleigh駅)
出口Bを出てまっすぐ、ウッドリーレーンを右に曲がってください。
バス 13,100,107,107M,133,135,147,155,853,853C,NR6
6602 7247 (入学課)
admissions@sais.edu.sg
https://www.sais.edu.sg/

申し込み期間	空き枠数に応じて、年間を通じて申し込みを受け付けます。
学校年度	8月～6月
2020年の学業成績	-2021年は80人がIB試験を受験し、合格率は100％を達成 -今年の平均APスコアは3.3で、70％以上が3を上回る スタンフォードはAPプログラムに強く、AP科目の90％で生徒の半数以上が3以上のスコアを獲得

日本人としてのアイデンティティを大切にし、「生きる力」「考える力」「心の豊かさ」「知的好奇心」を培います。しっかりとした母国語で考え、喜怒哀楽を感じ、表現し、母国を愛し大切にする気持ちを育てます。あわせて、フラット化する会社に求められる人材を育成するJIC（インターナショナルクラス）も併設しています。

Japanese Kindergarten
シンガポール日本人幼稚園

常夏の国シンガポールで、日本の教育を！

本園は、日本の幼児教育要領を基盤とし、日本の四季や伝統行事を大切にしています。また、多民族国家であるシンガポールならではの、様々な文化を味わう体験も取り入れ、子どもたちは自然に国際感覚を身に付けていく、そんな楽しく充実した幼稚園生活を提供します。

広い園庭や豊富な遊具、敷地内を走る汽車、大きなプール、ほぼ100mのトラックがある全天候型の中庭、照明・音響施設の整ったホール。充実した環境の中で、子どもたちは毎日元気いっぱい活動しています。

- 5月 遠足
- 7月 こどもまつり
- 9月 遠足
- 10月 うんどう会 ハロウィン
- 12月 ステージ発表会
- 2月 作品展

Japanese Kindergarten
シンガポール日本人幼稚園

251 West Coast Road S127390
6779 3434
yochien@jks.com.sg
http://www.jks.com.sg
保育時間 9:00-15:00

カリキュラム

資格を持った日本人の先生が、日本語での保育を行います。ネイティブスピーカーの英語教諭（有資格者）による楽しい遊びや歌を取り入れたレッスンのほか、専任指導員による運動プログラムを取り入れています。

入園料	$1,200 + GST
保育料	$1,300 + GST（月々）

Overseas Family School
オーバーシーズファミリースクール

1991年創立、世界60か国以上の生徒が学ぶ国際色豊かな学校です。英語を母語としない生徒を対象とした「Study Preparation Program (SPP)」がある他、母語の維持と発達を重視し、「母国語プログラム」も導入。また、リーダーシップ・論理的思考力・戦略的批判的思考・問題解決のスキルを養う授業も積極的に取り入れています。

スクールミッション

生徒一人一人が、楽しく安全で特性を発揮できる効果的な教育を提供することを方針に掲げています。

カリキュラム

幼稚園：2～5歳の児童に特化した国際アーリーイヤーズカリキュラム
小学校(1年生～5年生)：国際初等カリキュラム
中学校(6年生～8年生)：IB国際中等教育課程
高校
9年生～10年生：IB国際中等教育課程及び英国ケンブリッジIGCSE課程
11年生～12年生：IBディプロマ
放課後スポーツプログラムでは、多種のスポーツを世界最高レベルのコーチの下で学びます。

生徒・先生からのコメント

日本人各生徒の可能性が最大限活かせるサポートに注力しています。日本語教育の継続も重視しており、その結果日本トップクラスの大学にも入学が可能。生徒とその家族との強力な関係を構築し、生徒の成長を見守っています。

Overseas Family School
オーバーシーズファミリースクール

81 Pasir Ris Heights S519292
(Pasir Ris駅)
6738 0211
recruitment@ofs.edu.sg
www.ofs.edu.sg

申し込み期間	年間を通じて願書受付
学校年度	8月上旬から6月上旬
2020年の学業成績	IBディプロマにおいて5人の満点獲得者(日本人を含む)及び1/3の生徒が40点以上の高得点獲得(2021年7月)

UWC South East Asia
ユナイテッド・ワールド・カレッジ 東南アジア校

50年前に創立し、多くの卒業生が世界中で活躍しています。UWCは18の国および地域に加盟校があり、シンガポール校は2番目のメンバーです。シンガポールには2つのキャンパスがあり、世界100カ国から集まった幼稚園から高等学校までの生徒5,500人が通っています。規模の大きい学校ですが、一人ひとりの生徒を尊重し、お互いに刺激しあうことが教育理念の根底にあります。他者への関心と思いやり、責任をとること、そして真実を追求する粘り強さを追求しています。

スクールミッション

教育の力によって、人々、国々、そして文化を結びつけ、より平和で持続可能な未来を創り出す。

カリキュラム

小学校のカリキュラムは、探究型の学習アプローチを中心に据えています。また、友だち、家族、個人のアイデンティティ、そしてさまざまな国や教育システム、背景からきた児童を強力にサポートします。中学校では学問的な興味を探求し、個人を表現する多くの機会が与えられます。高校では(I)GCSEコース、IB DP準備コースとしての1年間のFoundation IB(FIB)、IBディプロマプログラム(IBDP)の3つのカリキュラムを用意しています。

生徒・先生からのコメント

私はUWCSEAで16年以上働いており、UWCSEA教育の変革力を強く支持しています。大学入試相談の責任者および高校のIB英語教師でもあります。是非ウェブサイトをご覧になり、オープンデーにお申し込みください。また、質問がある場合はお問い合わせください。

UWC SOUTH EAST ASIA

1207 Dover Road, S139654 (Buona Vista駅)
1 Tampines Street 73, S528704 (Tampines駅)
6775 5344
admissions@uwcsea.edu.sg
www.uwcsea.edu.sg

申し込み期間	次年度の申請を9月1日より受付
学校年度	8月～6月 毎年8月入学ですが、4～14歳は毎年1月にも入学できます(小中学校K1～8年生)。高校は毎年8月のみの入学になります。
2020年の学業成績	2021年のIBディプロマ合格率は99.5%でした。UWCSEAの卒業生は、世界中の有名大学に入学しています。大学からの入学許可数は、生徒1人あたり4.47校です。

本校は、アジア･オセアニア地域に唯一寮を持つ在外教育施設高等部として近隣諸国からの入学希望者を受け入れています。また、シンガポール在住の本校生徒の保護者が勤務先の都合により帰国される場合には、その生徒が本校の寮に入ることで学校生活を継続することが可能です。

早稲渋の柱①英語教育

- ☑ 実践的な英語力がつく授業
- ☑ シンガポールの時期や話題になっていることを英語で学ぶ
- ☑ 教室を飛び出して英語を使う豊富な実践の場

早稲渋の柱②WASEDAとのつながり

- ☑ 定員100名に対して82名の推薦枠
- ☑ 早稲田大学各学部の模擬講義・学部説明会を実施
- ☑ 早稲渋卒業生による先輩講話
- ☑ 早稲渋のみを対象としたキャンパスツアー（夏休み）

早稲田大学はもちろんのこと、国公立大学や私立難関大学を目指す生徒もおり、昨年は東京大学や東京工業大学、香川大学(医学部)へ、今年は京都大学や神戸大学へ進学しました。早稲田大学各学部英語学位プログラムとも内部進学で連携します。

入学について

全日制･普通科･男女共学
100名募集

基本的には、出願時に保護者が海外で就労かつ居住していることが出願条件となります。詳しくはお問い合せください。

第1回入学試験
2021年12月4日(土)
第2回入学試験
2022年2月5日(土)

【試験会場】
本校(シンガポール)、東京で実施予定
【試験科目】
国語･英語※(リスニング含む)
･数学･面接

※英語外部試験利用入試を実施
以下のいずれかの基準を満たしている場合には、英語の得点に10点加点します（100点を上限）。ただし、大隈奨学生の選考は、加点前の得点で行います。
･TOEIC IBT 72点以上
･TOEIC Listening and Reading Test/Speaking and Writing Tests 合計1560点以上
(TOEIC S&Wのスコアを2.5倍にして合算したスコア)
･IELT 5.5以上
･実用英語技能検定 準1級以上

特別措置入試
2021年11月6日(土)
出入国が困難な現状を考慮して、第一希望者に限り、調査書･小論文･オンライン面接で受験ができます。

2020年度の授業料など
（消費税GST7%は別途）
入学金（入学時）……………S$5,500
授業料（年額･分納可）……S$21,374
施設費（年額）…………………S$3,000
寮費（年額･食費は含込）……S$5,505

入試広報部 ☎+65-6771-8118　57 West Coast Road, Singapore 127366
✉admission@waseda-shibuya.edu.sg　🌐 http://www.waseda-shibuya.edu.sg

＼自宅にいながら早稲渋でのリアルな学校生活がのぞけます。／

本校
ホームページ
YouTube
Instagram
Facebook
SingaLife
SingaLife
WEB
にて最新情報配信中!

＼ぜひフォローしてください！／

Kiddiwinkie Schoolhouse

キディウィンキー　スクールハウス

キディウィンキー・スクールハウスは、子どもたちが持っている好奇心をひきだします。カリキュラムでは、コミュニティの多様性を理解して愛情をもって受け入れること、そして好奇心を引き出すことを重視しています。子どもたちが、日々学び、成長し、そして簡単にはめげない明日のリーダーになれることを目指しています。自分の周りで起きていることを発見したり探索したりする機会を与え、目的を持った遊びや体験学習を提供します。

スクール理念・教育メソッド

18か月～6歳までのお子さまが、21世紀に必要とされる能力を身につけます。独自のカリキュラムは、探求型学習アプローチを採用しており、遊びと就学前準備のバランスがとれています。お子さまの学習能力、興味、ニーズに基づいて学習計画を立て、教師はファシリテーターになるので、お子さまは、遊びや夢中になれる探求を通して知識を深めます。2～17か月の乳児ケアプログラムを提供しているセンターもあります。

先生からのコメント

母国語の日本語も大切にし、英語・中国語も学ぶアクティビティも充実しています。日本語クラスは文字や数字に興味が持てるように各年齢に合った教材を使ったり、季節の行事や製作も取り入れています。

多様なスキルを身に付ける機会を提供するため、専門の学習エリアを用意しています。各キャンパスに、砂遊び、三輪車トラック、屋内ジム、ダンススタジオ、エコガーデン、そしてお子さま用キッチンなどがあります。

KiDDiWiNKiE SCHOOLHOUSE

Kiddiwinkie Schoolhouse
キディウィンキー　スクールハウス

Orchard
15 Scotts Road, Thong Teck Building #02-01
S228218（Orchard駅）

Newton
420 Clemenceau Ave North #01-02
S229492（Newton駅）

3165 0224
info@kiddiwinkie.edu.sg（日本語可）
https://kiddiwinkie.edu.sg/

対象年齢	Orchard：生後2か月～6歳 Newton：18か月～6歳
入園料／保育料	保育料：$1800～$2200／月、登録料$300（税抜き）
保育時間（延長保育?）	Orchard：ハーフ 7:00-13:00、フル 7:00-19:00 Newton：ハーフ 7:00-13:00、 ミドル 7:00-16:00、フル 7:00-19:00
クラスのサイズ	各クラス約10人
使用言語・学習言語	英語、中国語、日本語、韓国語（Orchardのみ）

Dover Court International School

ドーバーコート・インターナショナル・スクール

1972年に開校し50年の歴史を誇る英国系インター校です。シンガポールのほぼ中心にあり、60か国の国籍を持つ3歳～18歳まで子供たちが通っています。一人ひとりが持つ強みや才能を尊重し、それぞれにあった教育をパーソナライズして提供するユニークな学校です。世界で70校以上が加盟するノード・アングリア・エデュケーションの一員のため、世界中のネットワークを活用できます。それぞれのお子さまが持つ可能性を発揮できるよう、オーダーメイドのプログラムを提供しているところが特徴です。

スクールミッション

お子さま一人ひとりにあわせた最高品質の教育と学習機会を提供します。学力の向上だけでなく、多様性を受け入れ、社会的責任を果たすことを学びます。お子さまが自信を持ち、達成感を感じられるようサポートします。

カリキュラム

就学前は英国のEarly Years Foundation Stage（EYFS）、小学校と中等学校（7～11年生）ではバランスの取れた英国ナショナルカリキュラムを履修します。12～13年生になると、国際バカロレア・ディプロマプログラム（IBDP）もしくはBTEC国際ディプロマレベル2（ビジネス）を選択します。

生徒・先生からのコメント

好きな科目は「グローバル社会における情報技術（ITGS）」で、シンガポールのヘルスケア業界における人工知能（AI）の臨床および運用アプリケーションの研究をしました。将来、社会に役立つAIシステムを開発したいです。

DOVER COURT
INTERNATIONAL SCHOOL
A NORD ANGLIA EDUCATION SCHOOL

301 Dover Road, S139644
（Dover駅）
6775 7664
admissions@dovercourt.edu.sg
https://www.nordangliaeducation.com/our-schools/singapore

申し込み期間	一年中受け付けています
学校年度	ターム1：8月～12月、ターム2：1月～3月、ターム3：4月～6月
2020年の学業成績	2021年の結果は次のとおりです。IGCSE

Tanglin Trust School
タングリン・トラスト・スクール

タングリン・トラスト・スクールは、1925年に設立されました。イギリス式のインターナショナルスクールとしては、東南アジアでもっとも歴史のある学校で、英国式を基本にした国際基準のカリキュラムで教えています。
全校生徒は、3歳〜18歳のおよそ2800人が在籍しており、生徒の国籍は50を超え、スクール内は多様性に富んだ環境です。

スクールミッション

タングリン・トラストは、イギリス式の教育をベースにして、国際カリキュラムを提供する学校として伝統があります。教員は、すべての生徒たちの個性を大切にして、生徒たちが楽しみながら成功体験を積み重ねられるようにサポートし、生徒には責任感と熱意を持って、様々な体験に参加することを推奨しています。
安心安全に過ごせるキャンパスで、知的好奇心をくすぐる学習環境と高いレベルの学力を目指して学んだタングリントラストの生徒たちは、卒業後は世界中どこにいても社会に貢献できる人材になることができます。

約700人が3〜6歳の幼稚園、約700人が7〜10歳のジュニアスクール、約1400人がシニアスクールに在籍しています。
クイーンズタウンエリアにあるキャンパスには、幼稚園からシニアスクールまでの校舎と学校の設備が一同に集い、生徒たちは年齢を超えて交流をしています。
IB（国際バカロレア）ディプロマと、国際資格「Aレベル」のどちらも提供しており、生徒が自分の進学先に合わせて選択できます。これはシンガポールのインター校では、タングリン・トラストだけとなっています。
タングリン・トラストは、向上心ある生徒が先生から刺激を受け、さまざまなサポートを受けながら大きく成長できる学校です。

卒業性の声

先生方がいつもサポートしてくれる学習環境と素晴らしい機会を与えられたことで、入学当時はとても恥ずかしがり屋だった私が自信にあふれた若者に成長することができました。

2020年の学業成績

- 2021年度卒業生の97%が第一または第二希望の大学へ進学。
- 2021年度IBディプロマ結果:96%の生徒がが38ポイント以上の
  ハイスコアを獲得。
- 2021年度Aレベル結果:全グレードの 70% が A* または Aを獲得。
- (C1 11)GCSE 結果: C16全グレードの93% が A* または Aを獲得。。

尊重、責任、目標

タングリン・トラスト・スクールの学風と厳しいイングリッシュ・ナショナル・カリキュラムをベースに幅広い分野を学ぶアプローチを大切にしながらも、多様性を尊重し、国際水準のカリキュラムも提供しています。
キャンパスはイギリスBSO（教育監査局）の基準に従った設備環境を実現し、3年ごとにある監査では、最も高いグレードであることが認定されています。
幼稚園は、アジアで初めてインファント・クオリティ・マークを授与され、キュリオシティ・アプローチ認定校となっています。さらに、イギリス国外にある学校として、ユニセフのライト・リスペクティング・スクールを唯一受賞しました。
"想像力を伸ばすレベルの高いカリキュラムをベースに行われる授業は、生徒たちがどのレベルから始めても力を伸ばせるように構成されています。精神面、道徳面、社会性や文化的な成長を促す、重要なカリキュラムです"BSO監査員

学校年度	ターム1：8月〜12月 ターム2：1月〜3月 ターム3：4月〜6月
年間学費	インファントナーサリー ………$28,794 インファントレセプション ………$35,295 インファントイヤー 1〜2 ………$35,850 ジュニアイヤー 3〜6 ………$37,575 シニアイヤー 7〜9 ………$43,095 シニア 10〜11 ………$45,105 シックスフォームイヤー 12〜13 ……$46,965 学費の詳細については下記のウェブサイトでご確認ください。 https://www.tts.edu.sg/admissions/fees
シャトルバス	あり
申し込み期間	年中受付

95 Portsdown Road, Singapore 139299
（最寄り駅：Buona Vista または One North. バス番号：191）
(65) 6778 0771
admissions@tts.edu.sg
www.tts.edu.sg

One World International School, Suntec Campus (OWIS Suntec)

ワンワールドインターナショナルスクール（サンテック校）

ワンワールドインターナショナルスクール（OWIS）は多国籍の生徒達が共に学ぶ国際的な学校です。ナンヤン校では、幼児部から高等部のグレード12までを有し、生徒やその家族から根強い人気があり、2021年8月には、島内中心部や東部に住む駐在家族に便利なサンテック校を開校。現在早期幼児教育から小学部のグレード5までの教育を行っています。近い将来グレード8まで拡大する予定になっています。当校は教育内容のレベルが高く、授業料が良心的であると、駐在家族の間で人気となっています。施設・課外授業（CCA s）も充実しています。

スクールミッション

日本語　100　文字　学校設備　AISでは、IBプログラムに向けての学習を行っています。IBを選択する生徒の資質として、探求心があり、知識を持ち備え、思慮深く、コミュニケーション能力があり。

カリキュラム

国際的に認知されている、探求型教育の国際バカロレアプライマリープログラム（IBPYP）、国際バカロレアディプロマプログラム（IBDP）を採用。更に、高等部では将来生徒が必要なアカデミックな力がつく、ケンブリッジIGCSEを採用。英語を母語としない生徒の為の確立した英語強化プログラム（EAL）あり。

校長先生からのコメント

OWISサンテック校のマーク・レニー校長は、生徒達全員が安心安全な学内の環境で、優しさと共感力を育み、コミュニティーの一員として学んでほしいと願っています。そして、我々は、生徒が探求心を持ち続け可能性が開花できるような関わりを念頭に置いています。

1 Raffles Blvd, Suntec City, Level 3, S039593
（エスペラナード駅、プロメナード駅）
6914 7240
admissions@owis.org
www.owis.org

申し込み期間	通年
学校年度	8月～6月

ISS International School

ISSインターナショナルスクール

ISSは1981年に設立され、早期から国際バカロレア（IB）プログラムを取り入れた、シンガポールの中でも歴史の長い学校です。40年間にわたり、生徒一人一人の可能性が花開くよう、それぞれの生徒のニーズを把握して必要なサポートをすることに注力しています。当校では、IBDPとバイリンガルIBディプロマで高い合格実績があり、世界中の大学への扉が開かれています。ISSは大家族的な雰囲気があり、生徒全員がコミュニティーの一員としての意識を持ち、その中で自分の意見も積極的に発言できるような、安心安全な場所となっています。

スクールミッション

安心安全な環境で各生徒が個性を発揮でき、未来のグローバルシチズンを送り出せる教育を目指しています。

カリキュラム

国際バカロレア（IB）カリキュラム
IBプライマリーイヤープログラム（PYP）
IBミドルイヤープログラム（MYP）
IBプログラム（DP）
アメリカンハイスクールディプロマ
英語を母語としない生徒には、英語強化プログラム（ESL）を提供。

生徒・先生からのコメント

先生との距離が近くて強い繋がりがあり、いつも助けてくれたり、色々なチャンスを与えてくれています。間違っても大丈夫と励ましてくれるので、慣れないアクティビティも安心して取り組めます。生徒同士も助け合える学校です。

ISS International School
ISSインターナショナルスクール

21 Preston Road
(Queenstown MRT & Labrador MRT)
6664-8127
admissions@iss.edu.sg
http://www.iss.edu.sg/

申し込み期間	一年を通し順次受付
学校年度	8月から翌年6月まで
2020年の学業成績	100％国際バカロレアディプロマ（IBDP）合格 平均36点を獲得（世界平均29.9点） 89％の生徒がバイリンガルIBディプロマ獲得（世界平均24.75％） 28％の生徒が40点以上（45点満点）を獲得（世界平均7.5％）

Nexus International School (Singapore)
ネクサス インターナショナルスクール（シンガポール）

ネクサスは、3歳から18歳までの50カ国を超える児童生徒が通うインターナショナルスクールです。国際バカロレア（PYP、MYP *、ディプロマ）と英国のIGCSEカリキュラムを提供しています。
ネクサスでは、それぞれの生徒が持つ、チャレンジ精神、理解度、才能に基づいて指導します。生徒が自立する事を勧め、クリティカルな思考力（客観的分析や評価による判断力）を教えることで、生徒の学力を高めていきます。主要科目の英語、数学、科学のレベルは国際平均を大きく上回っており、継続的な評価が各生徒への学力サポートに繋がっています。生徒中心の学習理念が、教師、授業、課外活動に反映されています。
我々は、生徒が世界レベルの教育を提供するため、国際的に認定された教育を施しています。また、保護者、教師、生徒が学習に焦点を合わせて協力する強いコミュニティーの重要性を信じ、保護者と教師が定期的に会話するようオープンドアーポリシーを導入しています。

2020年の学業成績

国際バカロレアディプロマプログラム（IBDP）2021年の結果は、合格率100%、平均スコアは37ポイントと、世界平均の33ポイントをはるかに上回りました。生徒の40%が最高得点45ポイント中40ポイント以上を達成し、69%が個々の科目において最高7ポイント中6以上を獲得しました。

ネクサスは、IBバイリンガルディプロマプログラムを提供しており、IBディプロマの44%がバイリンガルを選択し、その平均IBスコアは38ポイントでした。

スクールミッション

ネクサスの教育理念は、マインドセット、信頼関係、互いの個性を認めるインクルージョン、イノベーションです。国際的なネクサスコミュニティでのチームワーク、コラボレーション、リスクテイク、情熱へのアプローチから、ネクサスウェイが私達の行動、発言に組込まれており、ネクサスがユニークなのはこのためです。

カリキュラム

ネクサスは、3歳から18歳までのお子さま対象のインターナショナルスクールです。国際バカロレア（PYP、MYP *、ディプロマ）と英国のIGCSEカリキュラムが提供されており、母国からシンガポール、そして 次の赴任先へ簡単に編入手続きができます。

*ネクサスインターナショナルスクール（シンガポール）は、IBMYPの候補校です。このプログラムは、2022/23年のMYPグレード8および2023/2024年のMYPグレード9に適用されます。それまでは、生徒は英国のナショナル・カリキュラムを履修します。

校長からのコメント

ネクサスでは、生徒一人一人に合わせた学習を重視しています。教師は、各生徒の可能性を見出し、目標を達成するために必要なサポートをします。さらに生徒のアイデアを尊重し、生徒がアイデアを共有するよう奨励します。

ヘザー博士-中等学校長

Nexus International School (Singapore)
ネクサス インターナショナルスクール（シンガポール）

1 Aljunied Walk, S387293
(Mattar駅徒歩5分・Aljunied駅徒歩10分)
6536 6566
admissions@nexus.edu.sg
https://www.nexus.edu.sg/

申し込み期間	一年中
学校年度	8月～6月

シンガポール国立大学
言語教育学 日本語プログラム主任

Walker 泉さんにお話を伺いました。

NUSで言語教育学教授として20年活躍されているWalker氏。
シンガポールにおける日本語教育や日系企業と学生のこと、
在星日本人の英語教育についてお話を伺いました。

NUSで日本語科目を履修する学生と人気の秘密

――NUSで日本語を学んでいる学生はどのくらいいますか?

年間1400人の学生が日本語を履修しています。日本語の教員は総勢30人近くです。語学教育研究センターでは13言語教えていますが、日本語が一番人気です。

――日本語履修が外国語履修の中で人気なのはなぜでしょう?

大学入学当初はアニメや日本文化などあいまいな理由で学び始める学生が多いのですが、高学年になると就職に有利だからなどという動機に変わってきます。確かに、政府機関、外資企業が日本語の人事部からよく連絡があります。

外資系企業がシンガポールに本社を移転することが多い中、日本人クライアントとやりとりできる人材を欲し、さらにシンガポールの地場産業も日本へのビジネスを広げたくて、日本語ができる人材が必要とされています。日本の企業からも、日本語ができる卒業生への求人が急増しており、その対応に追われている状況です。

ただ問題もあり、日系企業の新卒給料はローカル企業のそれより低く、学生が日系企業に入社したがらない傾向があります。**学生達には日本語を学ぶメリットとして、日系企業だけでなくローカル産業や外資系企業への就職に有利ということ、キャリアパスを広げて活躍できる場が広がるという話をしています。**日本とのビジネスが広がれば、世界と日本の交流も進んで、日本にとっても良いように運ぶことを期待して学生には日本語を学んでほしいと思っています。

言語教育の専門家から見たバイリンガル教育について

——バイリンガル教育についてどのようにお考えですか？

シンガポールにいる日本人家庭のお子さんのタイプは大きく3つに分かれます。ローカル校で学ぶ子、インターナショナルスクールで学ぶ子、日本人学校で学ぶ子です。ローカル校とインター校では主となる言語は英語になりますから、自ずと英語は強化されます。一方、日本人学校の学生は日本語の心配はないですが、英語の心配が出てきます。

その子たちが皆グローバル企業を目指すことになった時、どのような言語能力が役立つのでしょうか。一つ言えるのは、母語レベルの言語を一つでもしっかり持つということです。最近は、シンガポールのローカル校に入る日本人のお子さんが増えていますが、英語も中国語もマスターできずに落ちこぼれてしまい、日本への帰国を考え始めますが、十分な日本語能力も育っていないため帰国も難しいというケースが出てきます。それはお子さんにとって最も悲惨な状況です。そのような状況にならないよう、言語の教育を真剣に考えておかなければならないと思います。

日本人学校に通うお子さんのご家族にお伝えしたいのは、帰国子女枠で入れる学校が日本では増えているので、そこに入れる英語力は最低限延ばしておいた方がいいということです。学校入学後に英語をしっかり学べば、欧米の大学にいける可能性も勿論あります。アメリカもイギリスも日本人学校が減ってきていて、なんとか日本人を増やしたいと考えています。もし欧米の大学に行くことを考えているなら、勉強だけでなくボランティアや課外活動も重要です。

どこを目指して行くのかを考える

——日本の大学に入る人が多いと思いますが、海外の大学には行くべきでしょうか？

日本の大学を出て、大学院で海外というのもありですよね。ただ自分が目指すところがどこなのかで変わってきます。外資系企業を将来目指すのであれば、英語圏の大学に行った方が有利かもしれません。もしくは日系企業でグローバル人材として海外で活躍することを目指すなら日本の大学で学ぶのも一つの選択肢です。

あと言語以上に難しいのはバイカルチャーの問題ですね。特に両親が日本人の場合は、根のカルチャーがどこにあるのかをきちんと定めてあげることも大切です。

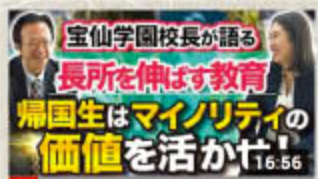
我が家の場合は学校では英語で家庭では日本語を使い、土曜日も日本語補習校に通うなどして日本語学習に励みました。上の子はシンガポールでインター校で国際バカロレアとバイリンガル・ディプロマを取得。北米の大学に留学し、アメリカの金融企業から内定をもらいましたが、日本語ができるということが評価されたようです。グローバル人材と見なされるには、日本語ができることは大きなメリットです。実際仕事で使うかどうかというより、日本的な価値観や言語行動など日本文化が理解できることが大事。ビジネスでは、言葉の背後にある相手の心を見抜ける力が重要だからです。

シンガポール在住の親御さんにもう一つ言えることは、シンガポールにいる間に、この国の文化や社会の仕組みを学んでおくということです。シンガポールがなぜ成功しているかを学ぶことは将来に必ず活きてくるはずです。

また、欧米の大学を卒業後、現地企業に就職することはビザの問題もありかなり難しいので、その辺りの覚悟も必要です。それを踏まえた上でどこに軸を置いて教育していくかを考える必要があります。

Profile

Walker 泉 さん

日本では証券会社に勤務し、NYやロンドン支店から日本に駐在にきていた外国人にビジネスマナーやコミュニケーションを教える。それをきっかけに外国人に日本語を教える仕事を希望し、日本語教育の世界へ。アメリカの大学で勉強しながら日本語を教えるプログラムに応募して合格。退社して渡米。
大戦中よりドナルド・キーンをはじめとする学者や外交官への日本語教育を主導してきた故エレノア・ジョーデン博士から指導を受けた時にたった3週間で学生が日本語を話し始めるのに感銘を受ける。その後、オレゴン工科大学に派遣され2年間の任務終了後、ジョーデン博士の勧めでスコットランド日本研究所に移り、ビジネスマンを対象とした英国通産省日本語特訓プログラムで2年教鞭を執る。その後、エジンバラ大学大学院に入学、さらに日本語教育の学びを深める。
本帰国後は、「マーフィのケンブリッジ英文法」の監訳等英語関連の仕事も務め、英国人ご主人のシンガポール転勤に伴い来星。シンガポール国立大学で日本語プログラムの主任として務め20年。

習い事

自由に動けるようになって、より良い生活を送ろう！

ピラティス ボディ ツリーは、お客さまが、もっと自由に、自信を持って動けるように、そしてそれが長い年月にわたって続くように導きます。私たちはモビリティ・フィットネスに重点をおいています。これは、筋肉の柔軟性と関節が動く範囲を調整することで、お客さまがやってみたいアクティビティを可能にし、続けることをサポートします。また、筋肉の不均衡から生じる体の痛みを克服する方法も学べます。

定期的に運動をしているのですが、体がどんどん硬くなってきたので、ピラティスMFAをはじめました。プライベートクラスは楽しくてリラックスできるだけでなく、とても気分がよくなります。柔軟性や体力がつき、体の調子が良くなりました。フィットネスを向上させるためのピラティスをお勧めします。
-ロバート・ホワイト

SingaLife読者プロモーション

モビリティフィットネスアセスメント（MFA）が107ドル（通常価格200ドル）になります。MFAは、痛みを引き起こしたり、パフォーマンスを低下させたりする体の不均衡を探し当てます。ご興味のある方はメールをください。

1.お子さまのためのケガ防止トレーニング
2.ご出産前後
3.ピラティスによるリハビリ
4.モビリティ・フィットネス・トレーニング
5.スポーツパフォーマンス
クラスのレベル・種類：全てのクラスはレベルに合わせてカスタマイズします。
レッスン時間：５５分間　日本人スタッフの有無：無
1クラスあたりの人数：プライベートクラス
料金：$100 - $200　入会金：無

Pilates BodyTree Pte Ltd

137 Cecil Street, Cecil Building, #12-01, S069537（Telok Ayer駅・Tanjong Pagar駅各徒歩５分）
10 Sinaran Drive, Novena Medical Centre, #10-35, S307506（Novena駅徒歩５分）
info@PilatesBodyTree.com
PilatesBodyTree　PilatesBodyTreeSG
8:00-20:00 定休日：祝日

不思議なものに触れ合い、感動する感性を失わないように

いろいろなものであふれる、明るいスタジオスペースから、インスピレーションが湧いてきます！揃えている道具や素材は高品質のものにこだわっています。

キッズワークショップは、アートを媒体としてお子様が創造的に成長できるよう、カリキュラムが練られています。子どもは芸術などの刺激を受けると、感動を体験できるようになります。

芸術の要素やデザインの原則について、より深く理解し、歴史上の芸術家やさまざまな時代のアートについても学びます。クラスでは、進んで自分らしさを表現するよう促しながら、アートの技術についても教えていきます。

SingaLife読者プロモーション

トライアルクラスのプロモーション S$78/2回

Ki.Li.O ART

85 East Coast Road, #02-01, S428787（Dakota駅）
8894 9825
hello@kilioart.com
11:00-21:30 定休：水　https://kilioart.com/　kilioart
kilioart

レッスン時間：1時間45分
料金：$240/4回、$550/10回
入会金：なし

Ginger Lily Arts

毎日が楽しくなる雑貨や
シンガポールデザインの
ギフト！

大切な人へのグリーティングカード、お祝いギフトや新居のディスプレイに最適な雑貨やアート商品が大人気！シンガポールをテーマにしたデザインは、ジンジャーリリーだけのオリジナル商品です。一番人気のグリーティングカードは上質紙を使用しており、写真とはまた違うカラフルで味わいのあるイラストが描かれています。これからの季節にぴったりのクリスマスコレクションには、ガラス製オーナメントやコースター、ティータオル、バッグ、ランプシェード等もあるので要チェック！

グリーティングカード
＄7

クリスマスカード
（1セット5枚）＄30

ティータオル
＄24

シンガポールの有名地等を描いたイラストは、日本人のお客様にも好評で、センスが良く、高級＆実用的で駐在の記念品やギフトにおススメです。
ジンジャーリリーの商品は、TangoMango内の本屋さん、Palm Press Wheelock Place、カトンモールのGinko Collection、ラッフルズホテルでご購入いただけます。オンラインストアでは全ての商品を取り揃えていますので是非ご覧ください！

50ドル以上のご購入で
グリーティングカード
が無料！

Ginger Lily　ジンジャーリリー・アート

Chip Bee Gardens（予約制）
8828 3408
sales@Gingerlily.art
gingerlily.art
@gingerlily.art
www.gingerlily.art
9:30-17:00

美容・医療

万が一の時も安心の高い医療水準

海外では日本以上に、病気やけがには気をつけたいもの。けれど、病気やけがは突然やってくるものです。そんな万が一の時に通える病院やクリニックを予め見つけておくと安心ですね。

また、赤道直下のシンガポールは一年中強い紫外線が降り注いでいます。自分に合った美容院や美容クリニックで、ダメージを受けて痛んだ髪や肌をケアすることも大切です。

シンガポールの日系美容室で最安!? でも技術確かな美容室

「日本人に切ってもらいたい！なるべく安く」というわがままに応えてくれるのが、Miyabiです。シティホール駅近くのビルにある店舗には、日本の漫画が多数。カット中に読めるのが嬉しいポイント。店長の古西さんに相談すれば、髪の悩みも解決してくれます。

SingaLife読者プロモーション

毎週月曜日&木曜日は
初回限定でカット50%OFF！

※大人のみ

メニュー

カット……$50
(小学生 $15/中高生 $30)
男性カラー(ショート)……$50～
女性カラー……$75～
オーガニックパーマ……$120～
縮毛矯正……$275～

ミヤビ〈Miyabi Japanese Hair Salon〉

1 Coleman St, #02-21 The Adelphi, S179803 (City Hall駅)
9694 8026
水～月10:00-18:30　定休日：火

MOYEM

信頼できるメディカルエステ

在星日本人がよく利用するグレートワールドシティ（通称:グレワ）の3階にMoyem Medical Aestheticsがあります。シンガポール国立大学卒、美容医学エキスパートで女性のタン博士自らが、丁寧なカウンセリングを通して、お客様のご要望・生活スタイルに応じたケアプランを提示。初めてのエステでも安心して施術を受けることができます。

タン博士とのカウンセリングの後は、最新の機器を使用し、肌の表面だけでなく内部まで診断・分析。これによって将来的に起こり得る肌のトラブルまで予測できます。

肌の診断後に、施術メニューを選択。なかでも、NEOGEN PLASMA STAR(ネオジェン・プラズマ・スター)は、くすんだ肌のトーンアップ、目元のシワ・たるみの改善、毛穴を目立ちにくくする、ニキビ跡の改善に効果があります。

フェイシャルトリートメント以外にも、ボディやヘアトリートメントメニューもあり。

タン博士は美容医学のエキスパート

タン博士の丁寧で安心の施術

クライアントに合ったプランを提案

施術後はメイクルームで効果を実感!

レビュー・コメント

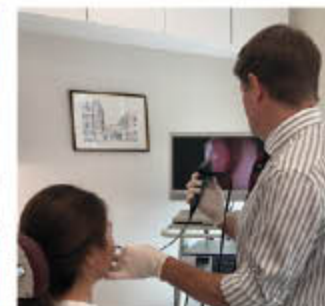
施術後の肌がワントーン明るくなったのを実感。まるでお化粧をしているくらいの明るさになっていました。翌日は、コラーゲン注入と保湿の効果が出たのか、肌がモチモチになっていました。化粧のノリがとてもよくなり心も自然と弾みました。

Moyem Medical Aesthetics

1 Kim Seng Promenade, Great World City, #03-119, S237994
6235 0883
enquiry@moyemmedical.com
https://www.moyemmedical.com/
Moyem Medical Aesthetics
moyemmed
月～金 10:00-20:00、土日10:00-15:00

マウントエリザベス病院とグレンイーグルス病院内にある耳鼻咽喉科クリニック

イギリス、オーストラリア、カナダ、シンガポールで経験を積んだ耳鼻咽喉科・頭頸部外科領域の専門家が診断治療にあたっています。最先端の医療機器で、鼻炎や副鼻腔炎、アレルギー、いびき、睡眠時無呼吸、難聴、耳鳴り、平衡障害、音声障害、甲状腺および唾液腺腫瘍を含む頭頸部がんなどの検査や治療を行っています。評判の聴能学および補聴器の専門グループ「The Hearing Partners」と提携するなど、安心して受診できる環境が整っています。

子供の耳鼻咽喉科、アレルギー、睡眠時無呼吸、鼻と副鼻腔の手術、平衡障害、音声障害、甲状腺の手術、頭頸部の手術、頭頸部のガンなど

The ENT Clinic Pte Ltd

【Novena】
38 Irrawaddy Road, Mount Elizabeth Novena Specialist Centre, #07-46/47, S329563
6710 7522
appt@entclinic.sg
月～金9:00-13:00/14:00-17:00、土9:00-12:00
https://www.entclinic.sg/ entclinicsingapore

【Gleneagles】
6A Napier Road, #03-41/42, Gleneagles Annexe Block, S258500
6251 6332
glen@entclinic.sg

家族みんなの DENTAL CARE

20年の臨床経験がある経験豊富な歯科医が在籍！
最先端のデジタル技術であなたの歯をより美しく完璧に！
日本人スタッフの日本語でのサポートあり！

Meiplusデンタルクリニックは、虫歯治療や定期的な検診、入れ歯治療など通常の歯科治療はもちろんのこと、審美性と機能性があるセラミック人工歯の審美治療やインプラント治療、矯正歯科にも対応しています。
タンジョンパガープラザにある当院で、ひとりひとりのご要望に合わせた治療法をご提案いたします。

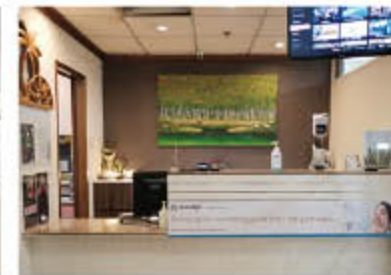
住所
1 Tanjong Pagar Plaza＃02-24(タンジョンパガープラザ #02 - 24)
SG 082001 シンタンジョンパガー駅A番出口。
シングポストの階段から上へ

予約・相談 / 6538-1400

診療時間
月、水、金：午前 9時 〜 午後 6時
火、木：午前 9時 〜 午後 8時
土：午前 9時 〜 午後 4時

痛みがほぼなく、できるだけ抜歯をしない方法で美しい歯並びをお約束します。

アメリカで学位を取得し、35年以上の経験のある矯正歯科医DR Loh

- ほとんどの治療が、抜歯と痛みがなく完了します。
- 長年にわたり日本人患者を診ており、本帰国の際にも日本で継続して治療を続けられる歯科医、矯正歯科を紹介いたします。
- 日本語OK!心配なことは日本語で気軽にご相談ください。

Aloha Dental アロハデンタル

ALOHA DENTAL

14 Scotts Road, #04-125 Far East Plaza, S228213（Grand Hyatt Hotel 隣）
月〜土9:00-18:00、第2日曜9:00-13:00
6733 2268／8113 3016 ◀日本語でのお問い合わせはこちら
alohadentalsg@gmail.com alohadentalsingapore alohadentalsg

日本のビューティ&ライフスタイル製品をベストプライスで

OSAKAKUMAは2020年1月にシンガポールを本社として設立。日本（渋谷）と中国（上海）にも拠点があり、最高品質かつ最適な価格で、オンラインとオフラインの両方で日本発の化粧品やパーソナルケア商品を販売しています。

日本のコスメを探すならOSAKAKUMAがおすすめ

お求めやすい価格／OSAKAKUMAは日本にも拠点があり、日本の化粧品メーカーとやり取りをし仕入れた製品をシンガポールに直接輸入。そのため、中間コストが削減できベストプライスを実現。
トレンドに合わせた商品／OSAKAKUMAの品揃えは、高級ブランドからプチプラコスメまで豊富なラインナップ。まるで日本にいるような環境でお買い物していただくことを目指しています。
実店舗でも、オンラインでも／モールにある実店舗なら、商品を手に取りながら選べます。公式サイトならいつでもどこでも快適にオンラインショッピング！ストックは島内にあるので配送も早く安心。

お求めやすい価格の商品

トレンドに合わせた新商品が並ぶ

実店舗は手に取りながら選べる

SingaLife読者プロモーション

OSAKAKUMA公式サイトからのご購入$100以上のお買い上げで、$5割引！
プロモコード：SINGA5
有効期限：2021年12月11日まで

SingaLifeスタッフのコメント

日本でよく使ってた化粧水が、日本とほぼ変わらない金額で買えました。いつも一時帰国の時にまとめ買いしてたので最近帰国出来ず化粧品難民だったのですがこれからはこちらを利用したいと思います。

OSAKAKUMA

BUGIS+店／PLQ店／WISMA ATRIA店／VIVO CITY店／JURONG POINT店／PLAZA SINGAPURA店／JUNCTION8店
https://osakakuma.com/
OsakaKuma/
osakakuma/
月～金11:00-21:30、土日10:30-22:00

オーチャードからアクセスのよい総合診療のクリニック。
ご家族皆さまの相談に対応します。

Ocrhard Road、
Centrepoint 6 階にある
総合診療のクリニックです。
赤ちゃんから大人まで、
ご家族で、ご利用ください。
専門医への紹介も可能です。
（日本語サポート有）

小児専門医：
アレルギー検査、喘息検査、
睡眠時無呼吸症候群、
新生児科産婦人科
（クレメンティ）など。

【診察科目】総合診療（内科、小児科、皮膚科、耳鼻科、眼科、婦人科など）
慢性疾患（高血圧・糖尿病など）、メンタル相談（気分の落ち込み、不安、不眠など）、
予防接種（2か月から）、乳児健診（3か月から）
【渡航前PCR検査】【健診】
ウエブサイトからお申し込みください。乳がん検診・子宮頸がん検査。

Healthway Japanese Medical
ヘルスウェイジャパニーズメディカル

176 Orchard Road, #06-05, The Centrepoint, S238843　6733 9785
月～金：9:00-12:30/14:00-17:30　土：9:00-12:30　日・祝日：休診
healthwayjapanese
healthwayjapanesemedical

Healthway Japanese Dental
ヘルスウェイジャパニーズデンタル

6A Shenton Way, #02-15 Downtown Gallery, S068815　6733 9785
（ご予約制）月～金：8:30-17:00　土：8:30～12:00　日・祝日：休診

海外で心配なことの一つは、医療
不安を「安心」に変えてくれるのが、ニホンプレミアムクリニック

日本語で的確な診断・治療が受けられる

日本人が多く住むノベナ地区にある、ニホンプレミアムクリニックは2009年の開業以来、在星日本人の心強い存在になっています。日本人医師4名が在籍。救急医の資格も持つ総合診療・外科医の黒川先生、救急外傷から慢性疾患まで幅広く治療を行っている整形外科・手外科医の赤井先生、シンガポールでの診療経験が豊富な皮膚科医の菊地先生、そして、不妊治療にも力を入れている婦人科医の洲河先生。その他、日本人の薬剤師、看護師、受付スタッフも在籍しているので、英語力に不安がある方も安心してサービスを受けることができます。また、必要に応じて専門医がクリニックに出向いてくれるシステムが整っており、日本人主治医と共に診察が受けられるので、言葉の壁に対する不安がなく質問ができ、納得のいく治療法を選択することができます。

患者さんのニーズに応じ、柔軟に対応

患者さんの状況に応じて、医師又は通訳者が特殊検査の立ち合いや入院先に出向くこともあり、ケースバイケースで柔軟に対応してくれるので安心です。

高度な医療設備が整った立地条件

クリニックは、ノベナ駅直結のノベナメディカルセンター内に位置しています。センター内には、CTやMRIなどの画像診断センターや、日帰り手術も可能な設備も整っているので、迅速な診断・治療が可能です。それに加え、マウントエリザベス病院が近接しており、入院が必要になった場合のサポート体制も万全です。

東南アジア特有の病気を視野に入れて診察・指導

血液検査時は、日本では含まない項目も追加するなど、万全を期しています。
日本と比べてシンガポールで多く見られる感染性腸炎では、対処法だけでなく予防法も含め指導も合わせて行っています。

総合診療医として、クリニックの感冒診療を担当している黒川先生へ今の状況を聞いてみました。

「シンガポールでは国を挙げてコロナウイルス対策を行っています。咳、咽頭痛、鼻水を認められる方は数日間の自宅待機が義務付けられており、出来る限りPCR検査を受けていただくように勧められています。当院では初期診療からPCR検査機関への紹介、フォローアップに力を入れています。お子さんから大人の方まで幅広く対応しています。日曜診療も行っていますので土日に急に体調が悪くなった、子供が急に熱を出してしまった・・そんな時には是非ご利用ください。」またコロナ禍でも通常通り、感冒症状の診療を継続されているので、慌てずにクリニックにお電話で予約を取ってください。また「各専門医・医師間のチームワークも良く、シンガポールに来られてからも、日本と変わらない水準の医療を提供し不安なく過ごしていただけるよう全力でサポートします。」と話す黒川先生。こんな症状でどうしよう…と不安な時に気軽に相談できます。

これから、シンガポールへ来星する方々へのアドバイス

来星前に大急ぎで予防接種を受けてきたけど、途中まででしか受けられなかった、子供のワクチンやスケジュールが日本と違っていて、何が足りていないかわからない、などどんなことでも対応いたします。コロナワクチン後の副反応にも対応していますので、ご不安な際はご連絡ください。

NIHON PREMIUM CLINIC ニホン プレミアム クリニック

診療科目

○総合診療科 ○内科 ○外科 ○小児科 ○皮膚科 ○整形外科 ○手の外科○婦人科
○消化器外科 ○耳鼻咽喉科 ○眼科 ○産科 ○健康診断 ○予防接種 ○印は完全予約制

感冒症状がある方は必ず事前にご連絡ください。

受付時間

通常診療　月～金曜　9:00～12:30 ／ 14:00～17:30　土曜　9:00～12:30
日曜診療　10:00～12:00（休日休診）

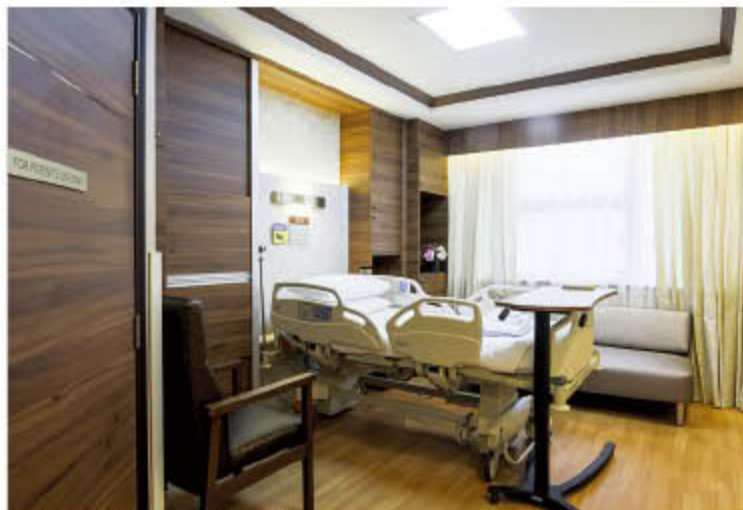
● 予約制以外の診療科でも予約を受け付けております。お電話でご予約下さい。

海外旅行傷害保険キャッシュレスサービス対応

TEL : 6397-2002
FAX : 6397-2112　Email : contact@npc.sg
10 Sinaran Drive #11-12/13/30 Singapore 307506
ノヴィナメディカルセンター 11階
（MRT Novena 駅直結 スクエア2内）
www.nihonpremiumclinic.com

総合病院で小児・成人外来受診や各検査・出産・入院も対応

日本メディカルケア　Nippon Medical Care

アジア最大級、日系企業も出資するパークウェーグループが運営する日系病院。1998年に総合病院内に初の日系クリニックとして開院。高度医療設備が整う私立病院内で外来から出産・入院まで一貫した幅広い医療サービスを提供。血液検査やCT、MRIを含む画像診断まで日本人医師やスタッフのサポートを提供しながら迅速に対応。日系海外旅行保険やヘルスケアプログラムカードで外来だけでなく検査や入院もキャッシュレス受診対応。

病室は快適な環境を提供。各個室内にシャワー・トイレ完備

病棟やICU、NICUも完備したグレニーグルス病院

産婦人科の鍋島先生。手術や出産も担当

生後一ヵ月以降の小児からご家族皆さんの診療を担当する佐藤先生

→1 生後1ヵ月から大人の外来受診や小児・成人健康診断

お子さんから大人まで、風邪などの内科的な受診や怪我や腰痛・頭痛を伴うような肩こりなどの治療も対応。検査が必要と感じる症状であれば、クリニックに事前に電話等で相談することで、スムーズな受診と検査スケジュールをお組みします。小児の予防接種スケジュール相談や小児定期健診も行っています。成人の健康診断はサイトからオンライン申し込みをおすすめします。海外生活中も年に一度は健康診断を受けましょう。

→2 日系海外旅行保険で安心のキャッシュレス受診・時間外は救急外来

海外旅行保険・ヘスルケアプログラムカード、外資系保険（シグナカード等）でのキャッシュレス受診に対応。外来受診だけでなく、日本メディカルケアから検査・入院まで一貫してクリニックから保険申請代行しています。時間外診療は24時間対応の救急外来をご案内。ただしシンガポール人の救急専門医師の診療となります。系列のグレニーグルス病院、マウントエリザベス・オーチャード病院の救急外来では日系海外旅行保険のキャッシュレスも対応。

→3 女性特有の疾患や出産・不妊相談は日本人産婦人科医

日本人産婦人科医の鍋島先生が婦人科系の疾患や検診、妊婦検診・出産まで日本語で対応。鍋島先生は日本でも地域の中核病院で数千例のお産を取り上げた経験をもち、シンガポールでの診療歴も長く、両国の治療に精通。日本では大学の不妊チームで高度生殖医療、内視鏡手術指導の経験を持ちます。妊娠を希望するご夫婦には、在星中でもできるだけ治療に取り組めるよう不妊検査・治療の相談もお受けしています。

入国者へのメッセージ

日本メディカルケアの外来診療では生後1ヶ月以降の小児から大人まで、風邪などの軽度な症状から、精密検査や入院・手術、リハビリ等が必要な症状まで対応します。同院のあるグレニーグルス病院の入院施設は257床の普通病棟からICU、NICUも完備、CT・MRIを含む放射線科、病理検査室を持つ、シンガポールおよびアジア近隣国の中でも有数の総合私立病院。1Fの24時間救急外来では日系海外旅行保険のキャッシュレス受診可。同病院を経営するパークウェーグループはマウント・エリザベス病院や海外でも多数の医療機関を経営するグローバル企業。そうしたグループの強みを活かし、シンガポールの日系クリニックでも医療の幅と質の高い診療を提供しています。渡航前PCR検査も実施しています（予約制）。

高橋
Manager
パークウエー内で日系クリニック運営担当。

Nippon Medical Care

6A Napier Road #03-31 Annexe Block Gleneagles Hospital 258500 Singapore
6474 7707　nmc@nipponmedicalcare.com.sg　www.nipponmedicalcare.com.sg
平日9:00-12:00/14:00-17:30、土9:00-12:00　日・祝休診
グレニーグルス病院救急外来（24時間対応、予約不要、英語診療のみ）6470 5688

最先端技術で若返りが叶う！

効果が実証済みの最先端治療と医療グレードのフェイシャルを専門とするブティック医療クリニックです。マンチェスター大学医学部、そしてケンブリッジ大学病院を卒業した創設者兼医療ディレクターのタン・フィスアン博士のチームが、FDA承認の最先端スキンケア技術を使用して、お客様にパーソナライズされた治療を提案します。 安全で快適、痛みがなく、ダウンタイムも最小限です。

1. Fotona社スターウォーカーMAQXレーザーシステム
色素性皮膚疾患治療用のレーザーで、にきびやその傷跡が治療できるほか、脱毛、美白が叶います。
2. ウルセラピー
唯一FDAが承認したマイクロフォーカス超音波で、メスを使わず、顔のたるみをリフトアップし、肌の引き締めます。
3. ボトックス、ダーマルフィラー、プロフィロなどの注射。
肌の水分補給、弾力性向上、トーンアップが叶うほか、老化を遅らせます。

SingaLife読者プロモーション

シンガライフ読者限定価格　各180ドル
1. Fotona社スターウォーカーレーザー、Rosa La France マスク、ステムセル・セラム（$120相当）
2. ハイドラフェイシャル3カクテルソリューション、Oxy LED ライト、ペプチドアイトリートメント
3. スキンブースター注射（ヒアルロン酸、アミノ酸、抗酸）毛穴のない、美しく輝く肌に

レビュー・コメント

「日本で今話題のハイドラフェイシャルがシンガポールでもできると知り、すぐに予約しました。シンガポールにいると、気候のせいもあり常に毛穴が開いたり黒ずんだり・・とさまざまな悩みがありますが、終わった後はさっぱり、毛穴も小さくなりました！」
（ちさとさん）

Dermstetiq Clinic（ダームステティック）
#11-09 Camden Medical, 1 Orchard Boulevard (next to Singapore Tourism Board) S248649 (Orchard駅)
9105 7883　enquiries@dermstetiqclinic.com
www.dermstetiqclinic.com
Dermstetiq Clinic　dermstetiqclinic
月～金10:00-18:30、土9:00-14:00　日・祝 休

病院への付き添いや医療英語をわかりやすく通訳

不安が募る海外での病気。そんなときに頼れるパートナーが「医療通訳者」。

病気にかかると、気持ちも後ろ向きになりがちで不安ばかり募ってしまいますよね。まして海外にいれば、その不安な気持ちが増大してしまうもの。
その不安な気持ちは家族がいる人もそうでない人も同じ。そんな不安に寄り添ってくれる存在として、頼りたいのが「医療通訳者」です。

通訳だけじゃない存在

医療通訳者と聞けば、医療用語を日本語に通訳してくれるだけ、と思いがち。けれど、そうではありません。
「それ以上に頼っていいんですよ」と話すのは、シンガポールで2018年から医療通訳者として活躍する渋谷理恵さんです。「お医者さんの説明をただ単に通訳するだけではなく、慣れない病院の付き添いやお薬に関する通訳、検査や手術の同意書の通訳、入院中や退院後のサポートもしています」と渋谷さん。

一番のお困り体験を手助けしたい

渋谷さんが医療通訳者を目指すきっかけとなったのが、あるテレビ番組でした。日本に住む外国人に「日本で生活する上で一番困るのはどういう時ですか」と尋ねているインタビューシーンでした。一番困ると挙げたのは「病院に行ったときの医師との会話」でした。
「もしかしてシンガポールに住む日本人も同じように困っているのではないか」と思った渋谷さん。日本でMRをしていた経験を活かそうと、通信教育で医療通訳の資格を取得し、シンガポールで医療通訳者として活動を始めます。

医療通訳者としての心構え

通訳する際の原則は話し手の内容を「足さない、引かない、変えない」。それは医療通訳でも同じです。そのために渋谷さんが心がけているのが、患者さんの気持ちになって考えるようにすること。「通訳は患者さんが話したことをそのまま伝えます。医師に聞きたいことを事前に患者さんと確認をしたり、不安に思っていることを解消できるよう患者さんが質問しやすいように、聞きたいことをしっかり聞けるよう心がけています。医師の説明の中で患者さんがきちんと理解できているかどうかも伺いながら通訳するように努めています」

Bright Relationsを立ち上げたきっかけ

医療通訳者の中には、通訳会社や病院に所属している人もいます。一方で渋谷さんは、2018年に自分の会社「Bright Relations」を立ち上げました。問い合わせの電話には渋谷さんが直接出ます。
起業した理由をたずねると「今すぐ助けを必要としている人のところに先約がなければすぐに駆けつけることができるからです！自分が直接やりとりをすることで、患者さんに寄り添いながら患者さんの状態や不安に思っていることを感じ取ることができより正確に通訳することができます」と話します。

渋谷さんが安心するのは「患者さんが回復して退院するとき、治療によって元気になる姿や受診することで悩みや不安が解消したとき」。これまでに多くのシンガポール在住日本人を助けてきました。

利用者の声

Sさん
夫が出張で不在の時、娘の急病で通訳をお願いしました。夜間にも関わらず迅速に駆けつけてくださいました。夜の救急病院は、言葉の心配だけでなく検査の結果がわかるまで心細かったですが、通訳として一緒に過ごしていただけて心強かったです。また、日本の保険会社への書類などの記述も親切に教えていただけて至れり尽くせり。お人柄溢れるお仕事でとても助かりました。

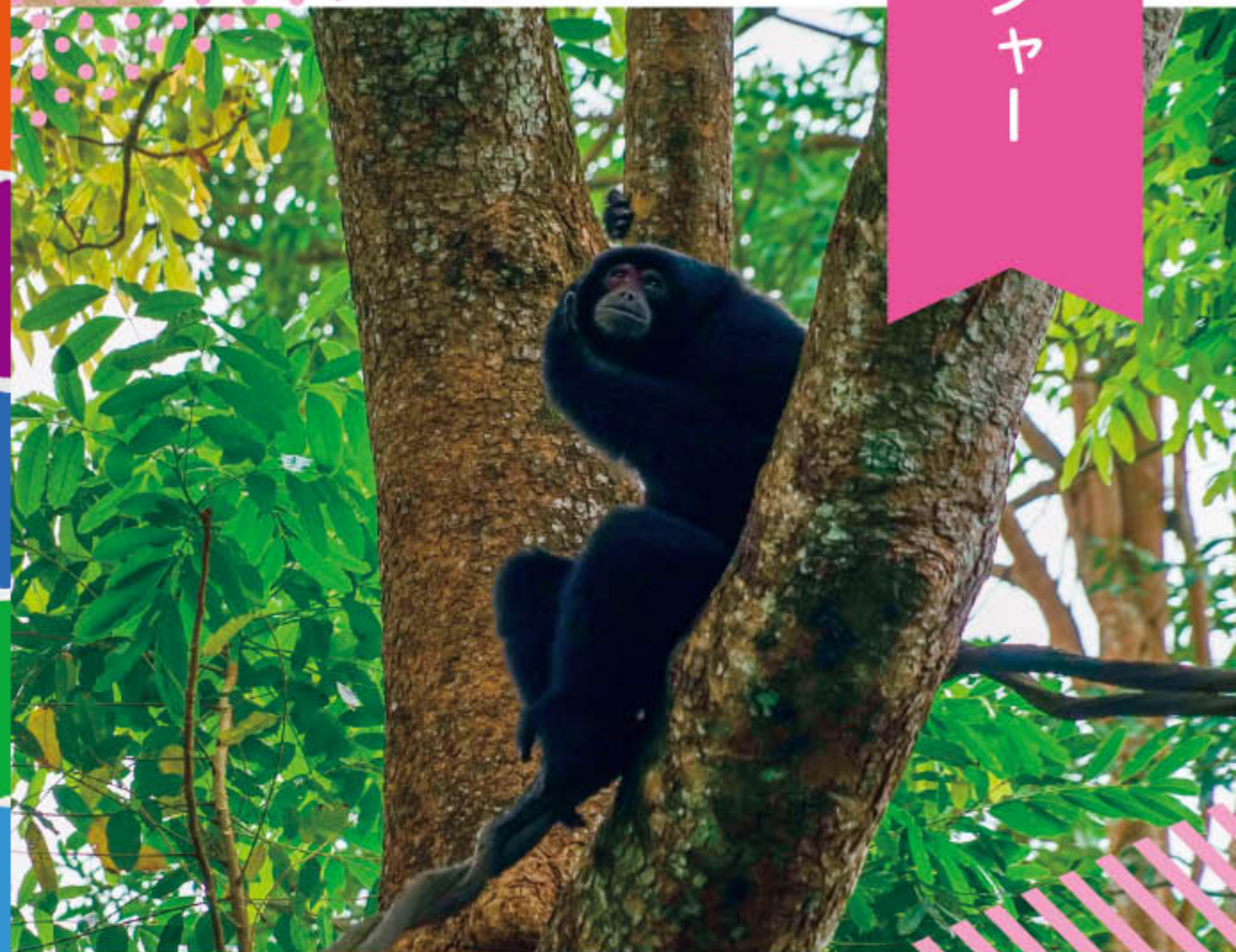
Mさん
子供の手術、術後の通院まで、1年に渡り通訳をお願いしました。コロナ禍に異国での手術は不安でしたが、的確に医師とコミュニケーションとれたことは大きな安心感となり、言葉だけでなく精神的にも心強かったです。

シンガポールで病院にかからなければならないとき、もしくは病院にかかっていて困っているとき、渋谷さんに連絡してみてはいかがでしょうか。

Bright Relations

8608 4135　応対時間 8:00-20:00
※通訳業務中は電話に出ることができません（WhatsAppもしくはSMSにメッセージ可）
※20:00以降と土日祝の通訳はご相談ください
https://bright-relations.com/
※同行通訳費用についてはWEBをご確認ください

レジャー

Love,Bonito レディース・ファッションスタイルアドバイス

人気アイテムを要チェック!

Love Bonitoのブランドは2005年に立ち上がって以来、シンガポールの女性の人気を獲得してきました。流行を取り入れながらも着心地が良い洋服をリーズナブルな価格で提供しています。オフィススタイルからカジュアルウェアまで、いろんなシーンに合わせて選べます。週末のデートや休日にぴったりのスタイルも見つかるはず。あなたが探しているスタイルがLove Bonitoできっと見つかります！

モデル：吉崎りえさん

身長164cm 体重54kg　普段はヨーロッパサイズの34～36、その他のブランドやLove BonitoではSサイズを着用しています。

Style 1 オフィスに最適！

このスタイルがモデルの吉崎さんも大のお気に入り！着心地がいいだけではなく、上品で白と鮮やかなミントグリーンの組み合わせは仕事帰りのお出かけにもぴったり。ベーシックなトップとパンツは出番も多くて何にでも合わせられます。オフィスウェアにはつい暗めの色を選びがちですが、明るい色の組み合わせでもジャケットやヒールを合わせれば、フォーマルなオフィスシーンでも大丈夫！ボトムはミントグリーンの他にもホワイトやネイビーもあります。

トップス – Fandace Scoop Neck Camisole Top, In White, Size S (SKU#: LN0072)
ボトム – Blonca Cropped Peg Leg Pants, In Mint, Size S (SKU#: HY5076)

Style 2 仕事にもデートにも！

先ほどと同じトップスにAラインのミディスカートを合わせました。このデザインのスカートはオフィスウェアでもみんなが持っている定番の必須アイテムですね。ウエストを上手くカバーしてスタイルを良く見せてくれます。長袖のトップスを合わせればオフィスでの防寒対策に、週末にはスニーカーを合わせれば10歳は若く見えるかも！

トップス– Fandace Scoop Neck Camisole Top, In White, Size S (SKU#: LN0072)
ボトム– Willa Belted A-line Midi Skirt, In Khaki, Size S (SKU#: TH1321)

Style 3 休日のくつろぎタイムに！

週末に家族と過ごすのに最適なくつろぎウェアをお探しの方にはこのデニムがおススメです！Love　Bonitoではスキニーからボーイフレンドデニムまで幅広いタイプのデニムジーンズを取り揃えています。着心地の良い生地でお値段は$40～$50とリーズナブル。こちらのトップスもいろんなアレンジが可能。少しボタンを外してキャミソールと合わせればまた違ったスタイルを楽しめます！きちんとボタンを閉めて袖を下ろすとフォーマルスタイルに！カラーは3色で$36.90、是非チェックしてみてください。

トップス– Mae Lightweight Shirt, In White, size S (SKU#: YM0034)
ボトム –Aurelle High-rise Straight Crop Jeans, In Olive, Size 26 (SKU#: TH0943)

Style 4 フェミニンスタイルで女性らしく！

綺麗なプリーツが入ったドレスはどんなシーンにも最適です。ヒールを合わせれば、結婚式やパーティー等のイベントで大活躍してくれます。週末にボタニックガーデンやセントーサに行くならサンダルを履いても可愛らしく着こなせます。女性なら一着は持っていたいアイテムですね。
Love Bonitoではママとお揃いで着られるベビー服も販売しています。お子様とのペアルックを楽しみたい方は是非チェックしてください！

ワンピース – Brina Side Pleated Midi Dress, In Baby Blue, Size S (SKU#: HY5124)

島内5店舗の展開でアクセス便利！

店舗	住所	営業時間
ION店	2 Orchard Turn, #B3-02, S238801	月～日11:00-22:00
VivoCity店	1 HarbourFront Walk, #02-07A, S098585	月～日11:00-22:00
313@Somerset店	313 Orchard Road, #02-16/21, S238895	月～日11:00-22:00
Jem店	50 Jurong Gateway Road, #01-42/56/57, S608549	月～日11:00-21:00
Funan店	107 North Bridge Road, #02-09, S179105	月～日11:00-21:00

おうちで快適なオンラインショッピングはこちら！

シンガポール MAP WEST

E2 - Hai Bin Sembawang
P - Botanic Gardens
Q - Mount Faber
R - Jurong Bird Park
S - Jurong Lake
T - River Safari
U - Singapore Zoo
V - Woodlands Jetty

シンガポール MAP EAST

足湯はシンガポール人で大賑わい

センバワン温泉

シンガポール唯一のセンバワン温泉がリニューアル！
シンガライフ編集部がその様子をレポート。

まず、温泉といっても日本の公衆浴場をイメージするのは間違いです。センバワン温泉は入浴することはできず、足湯の施設があるのみ。温泉街や駅前にあるような足湯スペースを想像してくれればそれに近いかも。
今回のセンバワン温泉のリニューアルでは、足湯エリアを含めた一帯をSembawang Hot Spring Park（センバワン温泉公園）として整備。公園入り口から足湯エリアまで遊歩道が敷かれ、その脇には木や花を植えたりローカルフードを提供するカフェを併設したりと、市民の憩いの場となっていました。

◀公園の入り口から約200メートル進んだ先にあるのが、足湯エリア。足湯ができる施設と蛇口から源泉がそのまま出てくるスポットがあります。

▶日差しが燦々と降り注ぐカフェでは、ローカルフードを提供。ドリンクもあるのでセンバワン温泉自慢の足湯上がりにほっとひと息つけます。

画像を見てもらえれば分かりますが、平日の午前中にも関わらずセンバワン温泉の足湯には、人ヒトひと。。。中国語、マレー語のような言葉、ヒンドゥー語のような言葉が飛び交うインターナショナルな足湯。こんな温泉はこれまで見たことがありません。きっと「気持ちいいなー」「最高やで、ここ」などと話しているに違いありません。
シンガポール唯一の温泉で、しかもリニューアルしたばかりということもあってこれほど混雑しているのかもしれません。この混雑具合が日常的なものとは思いたくないですね。

センバワン温泉の源泉は約70℃なので、足湯に適した温度に下げるために、棚田のように階層状になっています。上層から下層に湯が流れていくと、温度も60℃→50℃→40℃と下がっていく構造になっています。日本とは異なりセンバワン温泉の成分分析表は張り出されていませんが、感覚で言えば色は無色透明で無味無臭。触れた感覚はさらっとしています。

◀お湯を汲むための木製のひしゃくと足を浸けるお湯を入れる桶が備え付けられています。かなりの数があるものの、桶はみんなが狙っていてなかなか空きが出ない。

◀車椅子の方も車椅子を降りずに利用できるように優先スペースが2箇所設置されているのが、心優しいシンガポールらしさが出ていてほっこり。

▲たくましい地元住民？は源泉を利用して、温泉卵を作っていました。
しかし、センバワン温泉の源泉は70℃なので、それほど綺麗な温泉卵とはならずに苦しんでいるようす。

リニューアル前のセンバワン温泉は、源泉が出てくる蛇口が備え付けられていただけでした。リニューアル前の無機質な空間と比べると、大きく変わったなぁと一人感慨深さがこみ上げてきます。

温泉好きの日本人がシンガポールに来て悩ましいことの一つに温泉がないこと。年間250回は温泉に入っていた過去もある筆者も、温泉欠乏症はかなりの重症でした。入浴はできないものの、足湯だけでも温泉につかれるひとときは何にも代えがたい時間でした。

Sembawang Hot Spring Park〈センバワン温泉公園〉

505 Sembawang Rd, S757708
7:00-19:00
https://www.nparks.gov.sg/gardens-parks-and-nature/parks-and-nature-reserves/sembawang-hot-spring-park

※2020年取材時点の情報

利用できる時間は午前7時から午後7時まで。
足湯の利用は無料となっているので、一度ぐらいは訪れてみるのもいいかも。
最寄り駅はキャンベラもしくはノースポイントですが、駅からはかなり遠いので、おすすめはサマセットやオーチャード、ノベナを通る167番のバスに乗りで最寄りのバス停まで。そこから徒歩約5分。

ガーデンズ・バイ・ザ・ベイについて

ガーデン・バイ・ザ・ベイ

「ガーデン・シティ（庭園都市）」として緑が豊かな都市を目指しているシンガポール。小さな島国ながら、町の至るところに緑が溢れています。そんな動植物が大好きなシンガポールの国民性を考えれば、シンガポールのマリーナベイの中心に人工の庭園が作られたのは当然でした。ガーデンズ・バイ・ザ・ベイは、「ガーデン・シティ」シンガポールを象徴する場所になり、「ガーデン・イン・ガーデン・シティ」へと発展させるための計画の一部でした。

庭園は、ベイ・サウス、ベイ・イースト、ベイ・セントラルの3つで構成されています。ベイ・サウスは、よく知られる象徴的なスーパーツリーが有名です。今やシンガポールを代表する観光スポットになっています。

クラウドフォレストとフラワードーム

フラワードームは、2 つある温室のうちの 1 つ。大陸のエキゾチックな植物を展示しています。樹齢千年のオリーブの木や珍しいバオバブの木の間を散策しながら、フラワー・フィールド・ディスプレイを見てみましょう。目玉は、時期によって変わる花のディスプレイです。旧正月、チューリップの季節、桜の季節それぞれで違った風景を楽しむことができます。

フラワードーム

クラウド・フォレストには、熱帯高地の冷湿な気候の植物が植えられています。世界で最も落差のある屋内の滝があることでも知られています。温室の上層階にある梢の散歩道からは、360 度の緑の景色を眺めることができます。9 つのエリアがあり、神秘的な世界に存分に浸ることができます。

クラウド・フォレスト

スーパーツリー・グローブ

高さ 25 ～ 50 メートルのガーデンズ・バイ・ザ・ベイのスーパーツリーは、日中は強い日差しを遮る日除けの役割を果たし、夜には爽快な光と音のディスプレイで生き生きとした姿を見せてくれます。これらの巨大な人工的なツリーに上り、高さ 22 メートルの OCBC スカイウェイに沿って散策すれば、のパノラマを楽しむことができます。

スーパーツリー

日が沈んだら、ピクニックマットを敷いて、澄み切った夜空の下でスーパーツリーに囲まれて寝そべって、魅惑的なガーデン・ラプソディの光のショーに魅了されましょう。様々な音楽に合わせて、スーパーツリーのきらめく光が脈打つのを見てみましょう。ショーは毎日 19 時 45 分と 20 時 45 分に行われ予め良い場所を確保することが大切です。

フローラルファンタジー

フローラルファンタジー

あまり知られていないガーデンズのアトラクションでは、花、芸術性、テクノロジーが一体となって、フローラルファンタジーで夢のような幻想的な体験ができます。4つの多様な庭園の風景があり、それぞれが異なるコンセプトを表現しています。

フローラルファンタジーの4つのガーデンランドスケープの最初の1つである「ダンス」では、天井から吊るされた色とりどりの花々がお出迎えしてくれます。その後、2つ目のガーデンランドスケープ「フロート」では、草むらの中を蛇行する泡立つ小川（または小川）に出会うことができます。雨のオアシスや滝のように流れ落ちる岩や曲がりくねった流木の中を散策してみましょう。最後のガーデンランドスケープは、段々になった岩の造形物で囲まれた洞窟のような空間「ドリフト」です。半閉鎖的な空間には、やわらかい照明が灯り、うっとりするような雰囲気を醸し出しています。

フェスティバル＆スペシャルイベント

ガーデンズ・バイ・ザ・ベイといえば、季節ごとのお祭りが有名です。5年前から「さくら祭り」が毎年3～4月ごろに開催され、目玉イベントになっています。フラワードームが、桜の木がコンサバトリー全体をほっこりとしたピンク色に染まります。アニメ上映会やアニメコスプレイヤーの登場、日本茶のセレモニーもあります。よ　蒸し暑いシンガポールですが、この時だけは涼しいドーム内でお花見ができます。

桜祭り

入館料（2021 年 7 月現在）

新型コロナウイルスの影響によって、予約制となっています。事前に訪問日時の予約が必要となります。

クラウドフォレストとフラワードームのパッケージ

	シンガポール居住者	標準料金
小人（3歳～12歳）	SGD 12	SGD 28
大人	SGD 20	
高齢者（60歳以上）	SGD 15	SGD 15

毎日09:00-20:00

クラウドフォレストもしくはフラワードーム

	シンガポール居住者	標準料金
小人（3歳～12歳）	SGD 8	SGD 12
大人	SGD 12	SGD 20
高齢者（60歳以上）	SGD 8	

毎日09:00-20:00

新型コロナウイルスの影響で、OCBC スカイウェイ&スーパーツリー展望台は閉鎖しています。

OCBCスカイウェイ

	標準料金
小人（3歳～12歳）	SGD 8
大人	
高齢者（60歳以上）	SGD 5

毎日09:00-20:00

ピーク時は17:00~20:00となります。ピーク時には時間割が発行され、一人15分の入場が可能です。

スーパーツリー観測所

	シンガポール居住者	標準料金
小人（3歳～12歳）	SGD 6	SGD 10
大人	SGD 10	SGD 14
	SGD 6	

毎日09:00-20:00

フローラルファンタジー

	シンガポール居住者	標準料金
小人（3歳～12歳）	SGD 8	SGD 12
大人	SGD 12	SGD 20
高齢者（60歳以上）	SGD 8	

新型コロナウイルスの影響で、各施設は休館となる場合があります。

写真はすべてGARDEN BY THE BAYのサイトのものを使用しています。

マリーナベイ

シンガポールを象徴するエリアとなったマリーナベイ。個性ある形をしているArtScience Museum、ランドマークとなっているMarina Bay Sandsの3本の柱、まるでドリアンのような演劇場・エスプラネード、新たな観光名所Gardens by the Bay、そしてマーライオンが思い浮かびます。マリーナベイは、これらの建物と夜のきらびやかなライトアップで、シンガポールを最もよく表していると言えるでしょう。

Hu Chen (unsplash)

エスプラネード

エスプラネード

年間約3,000回の公演が行われる劇場・エスプラネード。観光客やシンガポール在住者にとって、エスプラネードはその奇妙な形をした建築としてよく知られています。ただ、芸術家たちには、エスプラネードはまさに自身の芸術を追求できる場所となっています。

シンガポール交響楽団やシンガポール・チャイニーズ・オーケストラ、シンガポール・ダンス・シアターなどが、素晴らしい上演をしています！エスプラネードには、世界中からオーケストラやダンスグループが頻繁に訪れ、高いレベルの芸術を披露しています。

エスプラネード

ストレイツ・タイムズ

bady abbas (unsplash)

https://www.esplanade.com/
6828 8377
1 Esplanade Drive, S038981 (Esplanade駅)

マリーナベイサンズ

マリーナベイエリアを語る上で、豪華なマリーナベイ・サンズは欠かせません。55階建ての3つのタワーからなる統合型リゾートで、豪華なホテルルームと豪華なスイートにはパーソナルバトラーサービスが付いています。さらに、3つのタワーを繋ぐ屋上のサンズ・スカイパークにこのホテルの魅力が凝集しています。

ビクター・ガルシア

サンズ・スカイパークでは、展望デッキからの360度の眺望を楽しめ、ホテルの宿泊者だけが入ることができる水平線を見下ろすインフィニティプールは、各種SNSであまりに有名です。

visit singapore

Marina Bay Sands

夕暮れ時には、標高200メートルにあるプールの縁から絵のように美しい夕日を眺めてみてはいかがでしょうか。宿泊者以外は、展望デッキにあるバーでドリンクを飲みながら、シンガポールの素晴らしい夕焼けを楽しめます。

https://www.marinabaysands.com/
(ホテル予約) 6688 8888
(エンターテイメントチケット) 6688 8826
(ホテル予約) room.reservations@marinabaysands.com

ザ・ショップス・アット・マリーナ・ベイ・サンズ

ザ・ショップス・アット・マリーナ・ベイ・サンズには、アジア最大級のデザイナーズブティックが立ち並んでおり、買い物好きにはたまらないでしょう。高級からカジュアルまで、多くのレストランがあり、買い物だけでなくグルメも魅力の一つ。

モール内の運河にはサンパン(シンガポール版ゴンドラ)が走っており、10ドルほどで乗ることができます。屋内の運河を走るゴンドラは、他では味わえない体験ができます。

visit singapore

https://www.marinabaysands.com/shopping.html
(新型コロナウイルスの影響で短縮)
日〜木10:30-23:00、金土10:30-23:30

Joshua Ang (unsplash)

マーライオン公園

シンガポール川を挟んで、マーライオン公園からマリーナベイのビル群を見つめるマーライオン。頭部はシンガポールの元々の名前であるシンガプーラ(Singapura)を表し、マレー語で「ライオンの街」を意味しています。口から水を噴き出すマーライオン像は、高さ8.6メートル、重さ70トンにもなります。シンガポールを訪れる観光客には必見のアイコンで、公園内は様々なポーズで写真を撮る人でいつも賑わっています。

マリーナベイとその周辺の観光スポットへは、Bayfront駅から簡単にアクセスできます。

シンガポールの絶景夜景スポット「マウントフェーバー公園」

ワンファーバーグループ (One Faber Group)

マウントフェーバー公園は、シンガポールの夜景を楽しめる場所として、親しまれています。多くの珍しい植物や小動物が生息する熱帯雨林に囲まれて、個性的なデザインで人気の橋「ヘンダーソン・ウェーブ」があります。
公園は高台にあり、麓からは徒歩で20分ほど。ハイキングシューズを履いてアドベンチャー気分で登って行くのもいいですし、ケーブルカー（日本でいうロープウェイ）（料金＝大人：往復$35、子供：往復$25）に乗ってセントーサ島が一望できる景色を楽しみながら上がるのもおすすめ！ケーブルカーでセントーサ島とマウントフェーバーを往復できるので、ハイキングが苦手な方はケーブルカーで山頂を目指しましょう。

山頂に着いたらシンガポール海峡が目の前に広がります。インド洋に沈みゆく夕陽を眺めることもでき、夕方からはカップルの定番のデートコースとなっています。山頂にはカクテルやワインを飲みながらゆっくりと時間を過ごせるレストランも。

一番のおススメは、山頂までのハイキングを楽しんでからご褒美の絶景を眺めるコース。シンガポールの人気スポットであるマウントフェーバーの魅力を満喫できるはず！
大切な人とロマンチックな夜を過ごすにも、家族みんなでアドベンチャー体験をするのにも最適ですね！皆さんの写真を是非インスタグラムでタグ付けして投稿してください。@weekly_singalifeあなたの写真が私たちのページに掲載されるかもしれません！

Mount Faber Park（マウントフェーバーパーク）

24時間
ライトアップ時間：毎日19:00-7:00

ケーブルカー・チケットカウンター

8:45-21:15

ギフトショップ

Faber Peak Singapore, Level 2
6377 9671
毎日 8:30-22 :00

見るべき場所は意外に多い シンガポールのレジャー施設

自分だけのお気に入りの場所を見つけてみては？

世界的に有名な動物園や世界の先端を走るデジタルアート、貴重なアンティークのオルゴール。歴史の浅いシンガポールですが、見ておくべき、訪れておくべき場所は意外と多いもの。
早朝のボタニックガーデンは、鬱蒼と生い茂る樹木と鳥たちのさえずりが聞こえて、穏やかな時間を過ごせそう。
シンガポーリアンに人気なのがエビ釣り。釣ったエビをその場で調理してくれるサービスもあるので、休日の家族でのレジャーに最適です。

Reece Cemine on Flickr

シンガポールを象徴する建物の一つ「マリーナベイサンズ」の麓に建つ、蓮をモチーフにした建造物が気になったことはありませんか。まるで10本の「指」のように見えるこの建物は、アートサイエンスミュージアムなのです。

アートサイエンス・ミュージアム

チェンシエン

マリーナベイ・サンズの統合型リゾート（IR）内に位置し、アートや科学、文化、テクノロジーを融合させた世界初のミュージアムです。世界クラスの大規模な展覧会を開催し、このミュージアムは常に時代の先端を走っています。

そのデザインは独創的で、「指」に見える部分の先端では、自然光を上手に取り入れて建物内を照らし、最高の状態で展示しています。さらに屋根に降った雨水は、美術館の中央部に集められ、館内に滴り落ちる構造になっています。その高さは約35メートル。館内の水洗トイレで再利用されています。

3階建てで約50,000平方フィートの広さに、21のギャラリーがあります。2011年の開館以来、レオナルド・ダ・ヴィンチ、サルバドール・ダリ、アンディ・ウォーホル、ヴィンセント・ヴァン・ゴッホなど、世界的に有名なアーティストによる大規模な展覧会が開催されています。

Choo Yut Shing on Flickr

科学に興味がある人にも、ぜひおすすめしたい場所です。この博物館では、ビッグデータや素粒子物理学、古生物学、海洋生物学、宇宙探査などの科学分野を探求するにもってこいです。

アートサイエンスミュージアムは、その名の通り、芸術と科学が見事に融合し、魅力的に展示されています。巡回展は常に変わっており、きっと訪れるたびに新しい体験をすることができるはずです。

アートサイエンスミュージアム

人気が高いのは、ディズニー関連の展示です。90年以上に渡ってアニメーションが作られてきた背景を詳細に展示しています。芸術性と技術革新について知ることができる「マジック・オブ・アニメーション」、ミニマリズム。不朽の名作「アリスの冒険」の世界に没入し、遊び心あふれる展覧会「ワンダーランド」も開催されています。

FUTURE WORLD: Where Art Meets Scienceは、自然や街、公園、科学をテーマにしたインタラクティブなアートで構成された1,500平方メートルのダイナミックなデジタル世界です。この不思議な世界は、あなたを魅了することでしょう。

Willy Tan on Flickr

セナタス

この場所は、子どもから大人まで楽しめます。子どもたちは、体験型の展示物を自由に眺めることができるので、大はしゃぎすることは間違いないでしょう。家族でのお出かけや恋人とのデートなど、どんな目的でも最高の時間を提供してくれます。

Joephoto Uk on Flickr

Nbyk M on Flickr

チームラボ

その他、光のショーも頻繁に開催されます。年末に開催されるマリーナベイでの、シンガポールカウントダウンの期間中には、美術館のファサードに色とりどりの光とアニメーションが投影され、見る者を魅了します。

Elena Leong on Flickr

Dengyoh on Flickr

Stefan Sellmer on Flickr

Marina Bay Sands, 6 Bayfront Ave, S018974
毎日 10:00-19:00　※最終入場：18:00

シンガポール美術館

シンガポール美術館(Singapore Art Museum)は、シンガポール人のアーティストや美術愛好家にとって特別な場所となっています。

Hathaway_m on Flickr

シンガポールのアート&カルチャー地区=ダウンタウン・コアの中心にあり、最新のトレンド、表現、イノベーションを敏感にキャッチしています。活気に満ちた空間は、才能溢れるアーティストの拠点にもなっています。

SAMでは、美術への理解を深めるために、レクチャーやワークショップが頻繁に開催されています。シンガポールの刺激的で創造性に溢れたアート空間をぜひ体験してしてください。

シンガポール初の本格的な現代美術の美術館であるSAMは、シンガポールや東南アジア、アジアのアーティストの作品を多くコレクションしています。さらに、国際的な美術館との共同企画展を頻繁に開催し、現代美術を紹介する場としての地位を確立しています。

Dev Harlan on Flickr

シンガポール美術館

シンガポール美術館

Choo Yut Shing on Flickr

シンガポール美術館

SAMは2つ建物から成り立っています。SAMの本館は、セント・ジョセフ・インスティテュートのミッションスクールの旧校舎として利用されていました。1867年に建てられたこの建物は、ヨーロッパ・ルネッサンスの建築様式に似た独特のデザインでよく知られています。

一方で、SAM at 8Qはシンガポール美術館の別館となり、この建物はクイーン・ストリート沿いにあること、本館からこの別館まで88段の階段があることから「8Q」と名付けられました。

SAMでは、大規模な展覧会を開催せずに、隠れ家的な居心地のいい空間を提供しています。

Li Anne Liew on Flickr

シンガポール美術館

数ヶ月ごとに変わる展覧会は、、絵画や彫刻はもちろんこと、インタラクティブメディアまで、いろいろなアートが展示されてきました。生き生きとしたアートスペースで、常に時代とともに変化し、世界に新鮮な視点を提供しています。

これまでには、様々な人生の中で生きてきた個人の内面の世界に迫る「ヒューマン・アーカイブ・プロジェクト」や、東南アジア映画の芸術性を探求した「シネラマ」などがあります。

シンガポール美術館

シンガポール美術館

Vivian Ho on Flickr

シンガポール美術館

シンガポール美術館

SAM at 8Qでは、独自の現代美術展の他に、子供や家族向けのプログラムも開催しています。2009年から毎年開催されている定期的なインスタレーション・シリーズ「イマジナリウム」は、空間と時間の探求から自然への旅、感覚的な体験までをテーマにしています。子どもたちの心を豊かにし、楽しみながら想像力を広げるには最適な場所です。大人になっても心の琴線に触れることができ、幼い頃を懐かしむ気持ちにさせてくれる展覧会となっています。

さらに、毎年8月には、シンガポールの芸術、遺産、文化を賑やかに祝う「シンガポール・ナイト・フェスティバル」が開催されます。このフェスティバルの目玉として、インタラクティブな光のインスタレーションがSAMのファサードを慟くも不思議な作品に変えます。光、音、色のスペクタクルが超現実的な夢の世界へと変貌を遂げ、この万華鏡のようなキネティックなビジュアルで目を楽しませてくれます。

シンガポールならではのアート体験をお求めなら、シンガポール美術館にお立ち寄りください。

71 Bras Basah Rd, S189555
6589 9580
10:00-19:00
www.singaporeartmuseum.sg

※シンガポール美術館は現在改修工事中で、再開は2023年を予定しています。

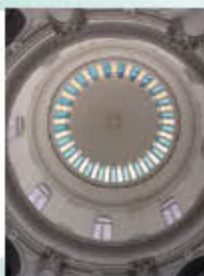
シンガポール国立博物館

1887年イギリスのヴィクトリア女王在位50年の時に建てられたシンガポール国立博物館は、シンガポール国内最古の博物館です。シンガポールがまだ小さな漁村だった700年前から現代のグローバルシティになるまでの歴史を展示品や映像を通して紹介しています。また２階には、「Story of the Forest」という日本のクリエーター「チームラボ」の映像が見られるコーナーもあります。シンガポール国立博物館は、日本人旅行者、駐在員が一度は訪れるべき博物館です。なぜなら、シンガポールの歴史は実は日本が大きく関わっていることを知ることができる博物館だからです。

2階 Story of the Forest

200年前にシンガポールに生息していた動物や植物がファーカーコレクションという絵画を元に、動く映像で綺麗に紹介されています。壁一面、継ぎ目のないスクリーンが特徴です。背中を壁にくっつけると、その場所から木が成長していくというコーナーもあり、大人も子どもも楽しむことができます。

ドーム型の天井

ヴィクトリア女王在位50年にちなんで、きれいなステンドグラスが50枚がドーム型の天井にはめ込まれています。ロタンダという円形の建物になっています。

壁画家 Yipさんの作品

古き良き時代のシンガポールの壁画が映像で見られます。チャイナタウンにあるコナンの壁画も同じYipさんの作品です。

ラッフルズ卿の肖像画

スタンフォードラッフルズが上陸した1891年当時の肖像画です。1819年にラッフルズがシンガポールに上陸し、1941年までのイギリスの植民地時代を経て、今日のシンガポールがあります。ラッフルズの最も優れた功績の1つは、シンガポールを自由貿易港にしたことだと言われています。

日本がシンガポールを占領するまで

日本がシンガポールを占領するまでを赤い色で表している映像です。日本の歴史の教科書にはそこまで詳しく載っていない内容をこちらからは見ることができます。

1942−1945 昭南島と呼ばれていた時代

シンガポールは日本の軍事占領下に置かれていた時代がありました。この３年間シンガポールは、日本語で南方の明かりを意味する昭南島(SHOUNANTO)と改名されました。

銀輪部隊

日本人部隊が自転車を移動手段としていた自転車部隊は、当時の新聞が銀色の自転車で南国の強い日差しに照らされながらマレー半島を縦断する姿を「銀輪部隊」と呼んでいたことに由来します。
自転車で1日数十キロから百キロ近くの距離を進撃し、マレー半島1100キロを50日あまりで移動しました。

演壇

シンガポールが1963年シンガポールがイギリスからマレーシアの一部として独立した時の演説に使われた演壇です。「MUJULAH SINGAPURA」は進めシンガポールという意味で国歌にもなっています。

建国の父 リークアンユーの涙の会見

1965年8月9日シンガポールが一国家として独立した時の記者会見の様子です。この記者会見では、シンガポールがマレーシアから分離し、独立することになったことをリークアンユーは、「私にとって今は苦悩の瞬間である。この人生を通して、二か国間の合併と統合は必要なものだと信じてきたのだ。」と分離に話が及んだ際、思い余って泣いてしまったことから「涙の会見」と呼ばれている。

博物館内カフェ「Food for Thought」 博物館内レストラン「Flutes」

博物館内には、お洒落なレストランやカフェ、お土産屋さんも併設されています。レストランフルートは、2013年に「アジアのベスト101レストラン」の1つに選ばれました。洗練されたレストランでのお食事もおススメです。

fulutes
☎6338 8770

2015年のシンガポール

シンガポールのお国自慢が最後の展示となってしめくくられています。こちらからは、国民一人当たりのGDPは日本やアメリカを抜き、空港、港、金融においても世界の重要なハブとなっていることが分かります。

博物館の見どころ

小さな漁村だったシンガポールが700年の間にいかに進化を遂げてきたかが分かる展示となっています。上記の紹介はほんの一部ですが、実際の博物館ではシンガポールの成功のカギがよく分かる展示説明となっています。通常は日本語ガイドツアーもありますので、ガイドが再開された際にはぜひご参加ください。

National Museum of Singapore

93 Stamford Road, S178897
☎6332 3659／6332 5642
10:00-19:00（最終入場は18:30）
【入場料】
シンガポール在住者（永住権保持者）
6歳以下の観光客は入場無料。
観光客：大人SGD15　学生・60歳以上　SGD10

世界遺産 シンガポール・ボタニックガーデン

2014年にユネスコ世界遺産に指定されたシンガポール・ボタニックガーデン。トロピカルな花々や樹々を存分に楽しめます。植物園は東京ドーム13個分の広さ。見どころがたくさんあり「あそこもここも見ておきたい！」となりますが、日中の気温や湿度の高さは侮れません。一日ではなかなか周り切れないので、何回かに分けて訪れることをお勧めします。

ボタニックガーデンへのアクセスは、幾つかのゲートがありますが、アクセスが良い主要ゲートはオーチャードから一番近いタングリン・ゲートとボタニックガーデンMRT駅に隣接しているブキティマ・ゲートです。

まずは、ゲート近くにあるインフォメーションで、地図をゲットしましょう。

初めて訪れるなら外せないのが、オーキッドガーデン・ジンジャーガーデン・スワンレイク・シンフォニーレイクの散策です。

とても美しくお洒落なタングリンゲート
まずは、ここからスタート！

スワンレイク近くにあるアフリカンマホガニーは、建国の父リー・クワン・ユーが40年前に植樹

スワンレイクのほとりをのんびり散歩

ジンジャーガーデンには色とりどりの綺麗な花々。可愛い壁画もあります。すでに暑い疲れた～となったら、ハリアレストランで一息つくのもグッドアイデア。シンガポールの伝統料理をモダンにアレンジしたメニューもあります。

オーキッドガーデンは世界最大級

なかなかお目にかかれることのない珍しい蘭を含め6万本以上の蘭が一度に見られる場所です。世界中のVIPの来園を記念して交配されたオーキッドもずらり。ダイアナ妃はもちろんのこと、雅子皇太子妃の蘭もあります。名前と蘭の種類や色合いを見ながら、どんなイメージで作られたのかなと想像しながら見て回るのも面白いです。

シンフォニーレイク

週末のお昼間は、芝生でのんびりピクニックを楽しんでいる人たちも多い。コンサートなども開催されます。夜になると気温も少し下がり、電灯がともりロマンティックな雰囲気。夜のお散歩もおすすめです。

レインフォレスト遊歩道

森林の香りと鳥のさえずりが心地よい

中に入るとシンガポールの中心地にいるということを忘れてしまうくらい素敵な遊歩道が続いていて、たっぷり森林浴が楽しめます。
アクセスは3か所あり。地図で確認してください。

Healing Garden ヒーリング・ガーデン

ヒーリングガーデンは、アロマセラピーやハーブに興味のある人は、時間をかけてじっくり巡りたい場所。

マグノリア・チャンパカ　鮮やかなオレンジ色が美しく、香りも抜群

Bukit Timah Entrance ブキティマゲート側（ボタニックガーデンMRT駅側）

公園に入ると左側に、バオバブの木が7本あります。まるで、木を引っこ抜いて、逆さまに植えて根っこが上にきているかのよう。

Eco Lakeエコレイク

思わず見とれてしまうブラックスワン。

Foliage Garden フォリエッジガーデン

様々の形や大きさの葉っぱを楽しむ緑のガーデン。

トロピカル・ピッチャー・ポットと呼ばれる食虫植物も見ることができます。

公園でたっぷり遊ぼう！

子ども達のエネルギーを十分に発散させるには、Jacobs Ballas Children's Garden ジェイコブズ・バラス・チルドレン・ガーデンがオススメです。（別ゲートもあるので、タクシーでのアクセスも可能）

楽しそうなエリアがいっぱい。
入場料は無料。（大人のみの入場はできません）

〈通い詰めたライターが徹底紹介〉
シンガポール唯一の世界遺産「ボタニックガーデン」の知られていない見どころ。こちらのQRコードから。

毎日5:00-0:00
Singapore Botanic Gardens, 1 Cluny Road, S259569
Tanglin Gate (Napier Road)
Orchard駅 7,75, 77, 105, 106, 123, 174
Bukit Timah Gate (Bukit Timah or Dunearn Road)
Botanic Gardens 駅 48, 66, 67, 151, 153, 154, 156, 170, 171, 186

https://www.nparks.gov.sg/sbg

今こそシンガポール動物園を徹底解剖！

1973年に開園し、今ではシンガポールを代表する観光スポットになったシンガポール動物園。約26ヘクタールの面積は東京・上野動物園の約2倍の広さを誇り、約300種類2400頭以上の動物が飼育されています※。創刊して丸3年になるシンガライフですが、動物園を取り上げるのは初めて。今回は、動物園やリバーサファリを運営する企業に勤める野口さや香さんに特別にご案内していただきました。その魅力をたっぷりとご紹介します。　※2020年現在

動物との近さに大興奮！

まるでジャングル！？緑あふれる園内

入園してまず驚くのは敷地内に木々が生い茂っていること。ジャングルを切り拓いて建設したのかと思ってしまうほど。私が知る日本の動物園とは、入り口からして大きく違った印象です。暑いはずの日中でもこの環境なら動物たちも快適に過ごせそうです。

木々の間に敷かれた木道。涼しく感じます。

放し飼いにされているサルたち。逃げたり威嚇したりもせずくつろいだ様子。人間を信頼している証拠です。

自由に頭上を行き来するオランウータン

一部を除いて、オランウータンやサルは檻に入れられておらず、樹木の上や張られたツタを渡って、園内を自由に移動できるようになっています。日光にいる野生のサルのように凶暴さを見せることはなく、来園者の目の前でくつろぎ、手を伸ばせば届く距離でサルを観察することができます。

ちょっと分かりにくいですが、ツタを移動しているオランウータン

GoGo!

＼まずはトラムで園内を周遊／

取材では野口さんの案内によって効率的な回り方ができましたが、とにかく広いシンガポール動物園は、徒歩で全ての動物たちを見ようとするとかなりの距離を歩くことになります。
そこで、シンガライフがおすすめする周遊方法をご紹介します。
まずはトラムに乗ってぐるっと園内を巡ってみましょう。トラムは5ドルを払えばあとは乗り放題で、園内に4カ所ある乗降場で乗り降りできます。
どこにどんな動物が展示されているのかを自分の目で見ることで、地図からは伝わらない距離感を掴むことができます。そうすれば、自分の体力と相談した上で見るべき動物の順番を決められますよね。
行列ができていることも多いですが、すぐに後続のトラムが来るので無理せずに次のトラムを待ちましょう。

環境保護のためトラムは順次再生可能エネルギーで走るタイプに切り替えるそう

自然環境保全や動物保護への取り組み

ただ見て楽しいだけでなく、シンガポール動物園では自然環境保全や動物保護について考える機会にも触れられます。
展示されている動物の近くに設置されたパネルには、名前や生態、生息地のほか、レッドリスト※によるランクが記されています。
また、園内ではプラスチック製品を全廃し、ストローは紙製に切り替えられており売店で売られる飲料水はペットボトルではなく紙パックに入っています。紙で代替するのが難しいものには、自然界で分解されるバイオ素材でできたプラスチックが使われ、プラスチック製品を使うことについて考える機会となります。
脱プラスチック製品の機運が世間で高まるとすぐに紙製品に切り替えできる、そのスピード感に感心しました。
※レッドリストー絶滅のおそれのある野生生物を野生絶滅、絶滅危惧といったカテゴリーごとに分類したリスト

ペットボトルではなく紙パックに入った飲料水。初めて見ました！

パネル中央部の赤い部分にレッドリストのカテゴリーが記載されている

多くの動物たちが共生する Fragile Forest（フラジャイル・フォレスト）

フラジャイルフォレストは、巨大な温室の中に樹木が生い茂り、小川が流れ、その名の通り森が再現されています。
この中にはマメジカやサル、ナマケモノのほか、コウモリやチョウなどが放し飼いにされ、来園者は徒歩で巡り間近にそれらの動物を見て楽しめます。通路はスロープになっているので、ベビーカーもOKです。

世界最小サイズのシカ「マメジカ」は犬のチワワと同じぐらいの大きさ。小さくて愛らしい。

コウモリも近くで見られます。結構な大きさで少し身構えてしまいます。実際に逆さにぶら下がっているのを見ると「本当にそうなんだ」と感動を覚えます。

大人気！＼ゾウのプレゼンテーションと餌やり体験／

動物園ではアシカのショーなど様々なパフォーマンスが披露されていますが、その中でも一番人気なのがゾウのプレゼンテーションです。
以前は象が芸を披露するという形式でしたが、ゾウへの配慮からプログラムを変更して現在は、ゾウの生態に近いより近いプレゼンテーションを披露するようにしたそうです。
プレゼンテーションの後には、バナナやニンジンが盛られたバスケット（5ドル）を購入をするとゾウへの餌やり体験ができます。鼻で器用にバナナやニンジンを挟んで、口に運ぶのを間近で見るのは少し怖くもありますが、ちゃんと食べてくれると嬉しい気持ちに。

餌代5ドル

餌代は、全額動物を保護する基金に寄付されます。

小さな子どもも怖がることなくニンジンを渡していました。

オープンZOOを体感

オープンZOO　とは「開かれた動物園」の言葉の通り、動物を間近で見られることをコンセプトとし、檻や柵で動物をただ単に囲うのではなく、柵の高さを人間の目線より低い位置に設置したり、堀や空間をうまく利用することで、来園者と動物との間の障壁を極力排除した構造を取り入れています。
また、動物の生態をより詳しく見られるように檻自体も工夫がされています。

シマウマの前の柵の高さを低くして視界を遮らないようになっています。

カバは水中にいる姿もガラス越しで見られるように。子どもはじっくりと観察

動物の知的好奇心をくすぐる仕掛け

動物も毎日決まった時間にエサを与えられているだけでは、自分で考えることをやめてしまうそうで、エンリッチメント（日本語で高めるの意味）と呼ばれる動物の知的好奇心をくすぐる仕掛けを随所に設置しています。
例えばこの上の左側の写真。アリ塚を模した構造物には上部に穴が開けられていて、中には甘いジュースが入れられています。チンパンジーはそのジュースを飲むためには、枝のように棒状になったものを突っ込まなければなりません。枝を探して穴に入れることで初めて飲める。このように工夫をしなければならない状況を与えることで、動物たちは知的好奇心を刺激されます。

迫力満点のホワイトタイガー

最後に好きな動物を紹介させてください。今回の取材で見ることができて一番嬉しかったのはホワイトタイガー。普段は茂みで寝ていることが多いというホワイトタイガーもこのときは取材ということを知ってか、活発に動いてくれました。

Singapore Zoo
80 Mandai Lake Rd, S729826　8:30-16:00
https://www.wrs.com.sg/en/singapore-zoo.html

Science Centre Singapore

サイエンスセンターシンガポール について

サイエンスセンターシンガポールは、展示会、教育プログラム、イベントなど独自に設計したプログラムを通じて、科学、技術、工学、数学の素晴らしさを伝えるノンフォーマルな教育機関です。創造性とイノベーションを広めるサイエンスセンターシンガポールは、これまで40年近くにわたって科学の発展と進化を伝えてきました。

サイエンスセンターとそのグループは、大人と子供たちが一緒になって、科学、技術、工学、数学について学べる画期的な方法を提案してきました。1977年以来、3,000万人を越えるビジターが14の展示ギャラリーと1,000点を超える作品が並ぶ屋外展示スペースを訪れました。

センターのアトラクションには、オムニシアター、スノーシティ、KidsSTOPTMがあります。オムニシアターは、東南アジア最大のシームレスドームスクリーンを備え、世界で最新かつ最も明るい8kデジタルフルドームシステムを導入した没入型デュアルテクノロジーエデュテインメントです。スノーシティは、シンガポールで唯一の屋内スノーセンターで、北極圏にインスピレーションを得たアイスギャラリーとスノーチャンバーの体験ができます。

子どもたちに、想像、体験、発見、そして夢を見る機会を与えるKidsSTOPTMは、18か月から8歳までのお子さまを対象に豊かな体験ができる遊び場を提供するシンガポール初のお子さま向けサイエンスセンターです。

Science Centre Singapore

▲最新の営業時間については、上記のQRコードからWEBサイトをチェック！

15 Science Center Rd S609081

Snow City Singapore
スノーシティシンガポール

サイエンスセンター内にあるスノーシティは、シンガポールで初めての屋内スノーセンターです。家族で楽しめて、観光客にも好評です。25万人以上がこれまでに訪れています。

スノーチャンバーでは、一年中雪の体験ができます。企業のイベントやチームビルディングセッションを氷点下の環境で行うことで、それがより高いレベルに引き上げられます。楽しくて実りのある教育プログラムだけでなく、マジックを披露する専門家もいます！誕生日パーティーで利用する人もいます。

長さ60メートルの雪の斜面では、スノーチューブを楽しめるほか、氷点下の気温を知ることがないシンガポールの人々にも大人気です。

4歳の小さなお子さまであっても、スノーシティのキディボルダーウォールでは、初めてのスポーツクライミング体験を楽しめます。

シンガポールの暑さから逃れ、スノーシティで楽しい時間を過ごしてみては？

入場料は
子供/大人お1人様24ドルから

21 Jurong Town Hall Road, S609433

▼詳細については、下記のQRコードをスキャンしてください！
右側のQRコードはチケットの購入画面です。

シンガポールでの釣り

シンガポールでは釣りは人気のあるレジャーの一つです。場所によってはキャッチアンドリリースをしなければなりませんが、中には釣り上げた魚を持ち帰ることができます。シンガポールは、海に囲まれて島内もいくつかの河川が流れているので、魚のほかに、カニやエイ、エビなどのさまざまな生き物が生息しています。
ここでは、シンガポールで釣りを楽しめる場所をご紹介します。

プンゴルポイント桟橋

有名なプンゴルポイント公園の端に位置するこの小さな桟橋は、息をのむような景色と簡単に釣れることで人気があり、シンガポールで最も多くの釣り人が訪れる場所の一つ。ただ、夕方になると混雑することもあります。

プンゴル・ロードの終点、プンゴル・ポイント・パーク内
釣れる魚：バラムンディ、サンドホワイティング、ラビットフィッシュ、ハタ

ウッドランズ桟橋

ウッドランズ桟橋では 6kg のバラクーダが釣れたということも聞きます。美しい公園には広々とした芝生やファミリーで楽しめるエリアもあります。

ウッドランズ・ウォーターフロント・パーク（桟橋の端で釣りが可能）
釣れる魚：バラクーダ

パシリスタウンパーク釣り堀

パシリス・メイン・ポンドとプロ・ポンドの 2 つの池がありますが、メインポンドがお勧めです。MRT パシリス駅の近くにあるパシリス・タウン・パークは、家族連れや友人、カップルで賑わい、キッズエリアや遊び場は小さなお子様に最適で、芝生の広場は家族でのピクニックに最適です。
注意：ここでの釣りは有料

パシルリスセントラル、パシルリスタウンパーク
釣れる魚：キンギョハナダイ、ザクロガニ、マダラガニ、スズキ

セラングーン貯水池

魅力的なセラングーン島（地元ではコニーアイランドと呼ばれている）に位置するこの貯水池は、バスが釣れることで知られています。ただ、潮の満ち引きに注意しなければなりません。愛好家によると、早朝と真夜中がベストな時間帯だそうです。

セラングーン島
釣れる魚：スズキ、カニ

チャンギビーチパーク

郊外にあるチャンギビーチパークには、4つの有名なフィッシングスポットがあり、静かな環境です。ここでは巨大なエイが釣れたケースもあり、熟練した釣り人に人気。夜にはここでイカ釣りもできます。

チャンギ・カー・パーク
釣れる魚：シックルフィッシュ、アゴヒゲクロダイ、バラマンディ、ブラウンエイ、ナマズ、イカ

ジュロン湖

西側のジュロンバードパークや他の人気観光地の近くにある桟橋は、シンガポールでの釣りに最適。絵のように美しい湖からは、きれいに沈む夕日を眺めることができます。ただし、ここでは人工的な餌のみが許可されているので注意。

ジュロン湖公園
釣れる魚：パク、ピーコックバス、スーンホック

インスタグラムユーザー @jung_doyoung

マリーナ貯水池

CBDエリアで街並みを眺めながら釣りを楽しみたいなら、マリーナ貯水池に行きましょう。魚をおびき寄せるためには人工的なベイトを使うしかありません。

カラン川沿いの特別エリア
釣れる魚：クジャクバス、ハーフビーク、スナップノーズポンパノ、ハウンドニードルフィッシュ

釣りではなくエビ釣りに興味がある方には、こちら。エビ釣りはシンガポール人が大好きなレクリエーションの一つ。ぜひ、一度チャレンジを。

インスタグラムユーザー @timarcus86

海老釣り @ORTO

シンガポール最大のエビ釣り施設。24時間営業しており、様々な種類のエビがそれぞれの池に分けて飼育されており、いろいろなエビ釣りを楽しめます。
釣ったエビを焼くための電気グリルは無料で貸し出しなので、その場で食べることもできます。

料金：30ドル（2時間）
#01-09 81 Lorong Chencharu, S769198 (KhatibとYio Chu Kangエリアの近く)

Hai Bin

2 つの主要なエビ養殖場を運営。同社のスタッフが毎日、池の中の死んだエビやゴミの掃除をしているので、綺麗な環境でエビ釣りを楽しめます。

Punggol養殖場
6 Tebing Lane #01-04 S828835
Sembawang養殖場
301 Canberra Road #01-08 S7
※どちらも24時間365日営業

インスタグラムユーザー @luz purple

ジュロンバードパーク

鳥たちの賢さにびっくり！！ 話題のあの鳥もじっくり観察できるのは移転する前の今だけ

シンガポール動物園より2年早い1971年に開園したのがジュロンバードパークです。ペンギンやインコなどからタカやワシといった猛禽類まで約400種類3500羽の鳥類が展示されています。バードパークは2022年内にシンガポール動物園に隣接するエリアに移転する予定で、現在の場所で見ることができるのもあとわずかなので、移転前にぜひ訪れてみてください。

\ 一番の見どころ！鳥たちが披露するショー /

ジュロンバードパークの一番の見どころは、鳥たちが披露するショーです。観客を巻き込んで展開されるショーでは、観客が手に持ったフラフープをカラフルなオウムが通り抜けたり、空き缶や空きペットボトルを分別してゴミ箱に捨てる姿に、観客たちは思わず拍手。鳥の賢さに驚かされます。

こちらは観客が手に持った輪っかを通過する。みんな大興奮したようすで見つめています。

オウムの前に並べられたゴミ箱。左から紙、金属、プラスチックとそれぞれ分別して捨てなければなりません。

鳥たちを間近で見られる Waterfall Aviary

Waterfall　Aviary（滝がある巨大な鳥かご）と名付けられたこのゾーンは、高さ30メートルの巨大な人工の滝がある放し飼いエリアになっています。ここには約600羽の鳥が放し飼いになっており、絶滅が危惧される希少なインコのほか、孔雀やカンムリバトといった鳥を間近で見ることができ、鳥好きにはたまらないエリアとなっています。

強面なのが愛らしい！？動かない鳥ハシビロコウ

アフリカ大陸に生息するハシビロコウは、その強面の表情と動かない鳥として日本で人気に火が付いています。東京の上野動物園で飼育されているハシビロコウは、ジャイアントパンダに負けないぐらいの人気者。ジュロンバードパークには2羽のハシビロコウが展示されていて、鳥舎はそれほど混雑していないのでガラス越しに「ハシビロコウが動くまで」じっと観察することができます。

口を開けたままのハシビロコウ。その姿は雄大かつきれいで、
どんな風に餌を食べるのか、どんな風に飛ぶのか、
そのようすを実際に見たくなりますが
それを見られるのは何時間待機していればいいのやら。

Jurong Bird Park 2 Jurong Hill, S628925　8:30-18:00
https://www.wrs.com.sg/en/jurong-bird-park.html

都会の喧騒を忘れ、自然に囲まれた アーバンリゾート

1871年に設立されたスイスクラブシンガポールは、シンガポールで最も古く歴史のある会員制クラブのひとつです。豊かな文化遺産を誇り、由緒ある社交場であるスイスクラブは、国籍を問わずどなたでも会員になることができます。

シンガポール中心地からタクシーで20分ほどのブキメラ地区にあるスイスクラブ。樹齢100年以上の木々が生い茂る自然豊かな環境に囲まれ、都会の喧騒を忘れることができリラックスできる雰囲気です。
会員だけが入れる広大な敷地内には、宿泊棟、レストラン、プール、テニスコート、サッカー場、屋内体育館にジムなど充実したファシリティが揃っており、家族でゆったり1日過ごすことができます。
また、3つあるレストランのうち「ARBENZ」では、水曜から金曜のランチ時間帯であれば、会員でなくても利用できます。心地いい風が吹き抜けるオープンエアのARBENZでのランチは、リゾートホテルにいるかのよう。こちらは友人同士の平日ランチにおすすめ。

充実したスポーツ施設

おしゃれなカフェ&レストラン

思い切り遊べるプレイエリア

SingaLife読者プロモーション

通常、家族会員入会金$11,800NETTのところ、特別料金$8,800NETTに！
月額料金$262.15(税込)
有効期限：2021年12月31日
利用規約：プロモ内容は予告なく変更される可能性があります。

日本人利用者からの声

「友人家族の絶大なる勧めで会員になりました。歴史を重んじた上で改装された建物、広大な敷地に、他のクラブにはないサッカーフィールドを始めとする施設が整い、レストランのクオリティーも高く、スタッフも親しみ易く、満足しています」

Swiss Club Singapore
36 Swiss Club Road, S288139　6591 9420
recept@swissclub.org.sg　10:00-20:00
https://swissclub.org.sg/　@swissclubsingapore
@swissclubsingapore

＼マスクなしで爽快！／

イーストコースト 海岸沿いからシティへ いざサイクリング♪

取材・撮影　Masumi KUBO

シンガポールにはサイクリングコースがたくさんありますが、初心者やお子様連れにもおすすめなのが、こちらイーストコーストパークからガーデンズバイザベイのコースです。マスクなしで、海沿いを思いっきり走り、新鮮な空気を満喫できますよ！（サイクリングをしていない時はマスクをしてくださいね）

まずは自転車レンタルのお店へ

イーストコースト沿いにはレンタル屋さんが点在していますが、イーストコースト中央のエリア C4 にはこちらのお店があります。
日曜日の夕方５時半ごろに行ったら、めちゃくちゃ混んでいました。日が暮れるのが７時 15 分ぐらいなので、午後４時ぐらいまでに借りるのがおすすめです。

GoCycling @ ECP C4 PCN PitStop
9183 6964　8:00 – 22:00
平日は１時間のレンタル料金で２時間、
週末は２時間のレンタル料金で３時間借りられます！

Bikeshop
9836 4797　8:00 – 20:00
E Coast Park Service Rd, S439172
coastlineleisure.com.sg

時間がないときには、B エリアの BikeShop で借りると片道 30 分（3.7Km）ほど短縮できます。午後６時ごろは、空いていました。レンタル時には、身分証明書を提示して、借りる予定の時間分の料金を先に支払います。自分の身長に合った自転車を選んだら、必ず試し乗りをしてブレーキのチェックをしてくださいね。２人乗りや、家族や友達と一緒に乗れる楽しい乗り物もあって、夜になると割引の交渉もできますよ。

ガーデンズバイザベイ方向へ出発！

海の景色が広がるチャンギ方向もおすすめですが、初めてだったらシンガポールのランドマーク・マリーナベイサンズが眺められるシティ方面がおすすめです。

イーストコーストは、シティからチャンギまでの海沿いに歩行者コースとサイクリングコースが敷かれています。大きな木に囲まれてほぼ日陰になっているので、お天気がいい日でも気持ちよく走れます。途中にはトイレ休憩ができる所がいくつもあり、小さなお子様と一緒でも安心です。

レンタルショップの反対側は海！バーベキューピットがあり、緑に囲まれています。

小さい子にはちょっときつい坂ですが、ここを越えないとシティ側に行けません。

夕方はランニングをしている人も大勢います。日陰が多くて快適！

Amber Beacon Tower

ここを登るともう少し遠くまで見えます。天気のいい日はシンガポール海峡を挟んで、バタム島も見えますよ！

目の前にマリーナベイサンズやフライヤーが視界に広がり、気分が上がります！

ベンチが並んでロマンチックな雰囲気。
ただ、夕方は日が差すので誰も座っていませんでした。

スタバやバーがあります。
もちろん、ちょっと自転車を停めてトイレに休憩も。

マリーナバラージ横の空き地には、凧揚げや釣りを楽しんでいる家族がいっぱい。

新しくできたブランコです。
フェーズ２でも遊べます！

大きなプレイグランドはフェーズ２では残念ながらクローズ。でも、自転車を停めてマクドナルドでアイスクリームを楽しめます！

いざ、サテーバイザベイへ！ここまで、小学生２人と一緒で１時間かかっちゃいました。すでに６時半。

サイクリング後のお楽しみ

サテーバイザベイに来たら、やっぱりサテーは外せません。タイ料理や中華風シーフードのお店もあり、好きなものを少しずつ買ってシェアできるのが魅力です。裏の方にはバーがあって、ハンバーガーも楽しめます。

片道利用の乗り捨てができないので、借りたお店に返しに行かないといけません。サイクリングコースには街灯が設置されているので暗くなっても心配ありませんが、小さい子がいるとやっぱり少し不安です。７時 15 分ごろには自転車レンタルショップに戻るスケジュールがおすすめです。

食事が終わったらあっという間に７時。
夕焼けが綺麗です。

家族で楽しむ 週末のアイデア

ホームチームNSは、パレスティア、ブキパトク、カティブ、タンピネスに4つのクラブハウスを持っています。これらのクラブハウスには、ジムなどのスポーツ・レクリエーション施設、飲食店、室内遊び場やクライミングアリーナなどの子供向け施設が完備されており、家族で楽しむ週末のアイデアとして最適です。

Khatib店限定T-Play

スライドタワー、スポーツピッチ、ふわふわボールシューティング、トランポリン、ボールプール、忍者コースを備えた室内プレイグラウンドです。東南アジアのペラナカン文化をテーマにシンガポールで数々の受賞経歴があるプラナカン・ホームミュージアムと提携してデザインされたユニークなプラナカン・アドベンチャーランドです。T- Playのプレイグラウンドのあらゆる場所にシンガポールらしいユニークなデザインを取り入れているのも見どころです！

Khatib店限定のADVENTURE HQ
・シンガポールで最長になる14mの屋内スライド
・シンガポール初の長さ165mになる屋内人工洞窟探検
・シンガポールで最大の2層構になっていて16の屋内チャレンジロープコース

Khatib店限定TactSim
シンガポール初となる屋内型PvP（プレイヤーとプレイヤーの対戦型）エアソフトであるTactSimは、最新のムービングウォールパネルを採用しており、シーズンごとに異なるエアソフトのプレイを楽しめます。最大限に楽しむために特別に設計され、2つのエアソフトアリーナ、1つのターゲットシューティングレンジがあります。
初心者から愛好家まで、さまざまなレベルのエアソフトユーザーに対応しています。

Bukit Batok店限定T-Play

4200スクエアフットの広さがある室内プレイグラウンドには車や飛行機などの交通や乗り物をテーマにした施設がいっぱい！シンガポールで最もインタラクティブな交通をテーマにしたプレイグラウンドです。キッズフレンドリーに特別にデザインされたプレイコーナーは、アートに工作ができる所もあり、子供たちの興味を引き付ける工夫にあふれています。

HomeTeam NS @ Bukit Batokでは、レジャー施設だけではなく、パーティーや集まり、週末のステイケーションにご利用いただけるヴィラもあります！
- 3タイプのお部屋（デラックスヴィラ、プレミアムデラックス、スーペリアーデラックス）
- 全てのヴィラはWIFIアクセス、LCDテレビ、エアコン、BBQピット完備です。
- 泊$210から。詳細やプロモーションについてはウェブサイトでご確認ください！

Tampines店限定Clip' n Climb

HomeTeamNS はニュージーランド発祥のClip 'n Climbをシンガポールで初めてオープンしました。Clip 'n Climbは全ての年齢層が楽しめる革命的なクライミング・テーマパークです。レベル別に設定された19種類のエキサイティングでカラフルなクライミング・チャレンジは、どのレベルのクライマーにも最適です。

シンガポールにあるHomeTeamNS各店舗の所在地と詳細はQRコードをスキャンしてください。
週末やスクールホリデーに是非お子さんを連れて遊びに来てください！

滞在

すべて丸ごと楽しめるロケーション

シンガポールの中心地にあり、新しく改装されたお部屋からの眺めが最高。万全なセキュリティーはもちろんのこと、24時間のコンシェルジュサービスや数々のアメニティーも充実しています。洗練されたハイドロセラピースパ、イオン水プールでおくつろぎ頂けるほか、設備の整ったフィットネスセンターでリフレッシュ頂けます。

洗練され落ち着いたお部屋が一日の疲れを癒してくれます。各1ベッドルーム、2ベッドルーム、ペントハウスには、ゆったりできるリビングスペースがあり、ミニキッチンもついています。お部屋には最高のオーディオシステムも装備されているので、街やサマセット側の緑の景色を楽しみながらおくつろぎください。

- ヨーロッパの最高級ブランドの設備。
- ろ過装置を通した飲料水。
- シェフ特選の朝食。
- 24時間パーソナルアシスタントサービス・充実したアメニティ
- ビリヤード、OSIMマッサージ機、X-box Kinect、ライブラリーなどのエンターテイメントも充実。
- 24時間フィットネスセンターや、イオン水プール、ハイドロセラピースパを完備。

パンパシフィック・サービス・スイート・オーチャード
Pan Pacific Serviced Suites Orchard, Singapore

96 Somerset Road, S238163　6884 5222
enquiry.ppssin@panpacific.com　https://www.panpacific.com/en/serviced-suites/pp-ss-orchard.html

帰国

シンガポール内の引越し、何から始める？

退去を決めてから引越し完了まで

シンガポールのコンドミニアムの契約は基本的に2年。そのため2年経つと、契約日の2ヵ月前には部屋のオーナーから契約を更新するかどうか、確認されることになります。

最初に日本から引越しして来た時から家族が増えたり、子どもの進学などで状況が変わり、部屋を引越しすると決断した場合に、何から手をつけて準備したらいいのか、シンガポールでの島内引越しの手続きや引越しまでの流れを紹介します。

シンガポールでの引越しを決めたら・・・

契約日の2ヵ月前※に、エージェントに意向を伝える。

オーナーが次の入居者を探す準備期間として契約日の2ヵ月前には引越しの意向を伝えます。返事を先延ばしにすると契約日に引越しできない等トラブルの素になりかねません。また次の入居希望者のViewing（内覧）もお願いされると思います。自分の都合にあわせて曜日や時間を決めて対応しましょう。

日本ではイメージしづらいですが、シンガポールでは退去する前、まだ住んでいるうちに入居希望者による内見が行われます。

※1年契約やひと月前に引越し意向を伝える契約になっている場合もあります。

オーナー都合で、契約満了前に退去を求められた場合

2年で契約を結んでいても、オーナーの都合で契約満了より前に退去を求められる場合も少なくありません。その場合は、基本的に住んでいる側に権利があるので、交渉をするか、違約金やその他のリクエストができる場合もあります。エージェントに相談するといいでしょう。

退去にあたってすること

カーテンクリーニングとレシート保管

シンガポールでは、退去する部屋のカーテンをクリーニングしなければなりません。クリーニングをして、その際のレシートを保管すること。カーテンクリーニングには通常1週間ほどかかるため、新居と並行して契約期間を設けるのがいい。

エアコン掃除のレシート保管

四半期ごとにエアコンクリーニング業者に掃除をお願いしたレシートを提出する。シンガポールでは、150Sドルを超える修理が必要な場合は、オーナー負担になるのが一般的なので、その場合は事前に請求しておくこと。

設備の修繕

電球の入れ替え、壁や床の汚れや傷など修復できそうなものはしておくといい。退去時のチェックで切れている電球や汚れがあると、高額な修理費を請求される場合も。電球は、冷蔵庫の中・換気扇、オーブン、レンジの中もチェック。

布地ソファの場合

退去時に業者のシーツクリーニングが必須の場合もあるので注意。事前に確認しておく。

上記以外で退去時に指摘されやすい点

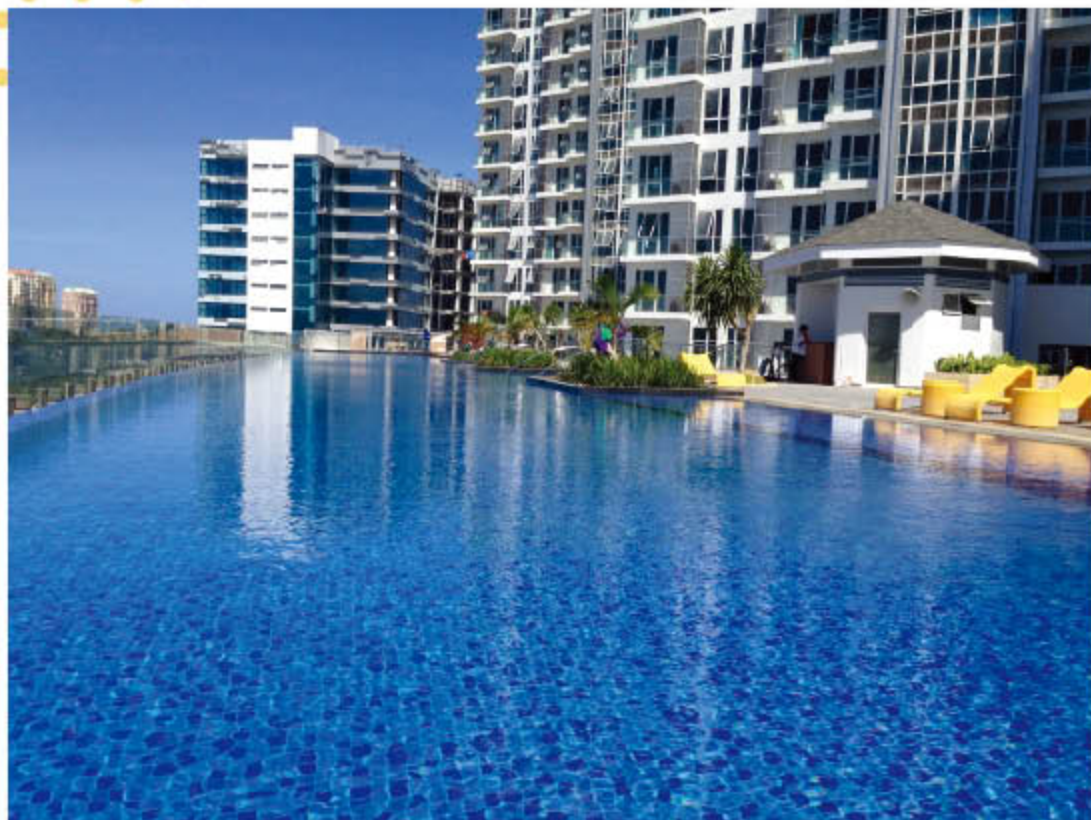
- ●クリーニングで取れないカーテン汚れ、穴など
- ●洗濯機の経年変色
- ●壁、床のカビやキズ
- ●水圧、水漏れ
- ●ドア・棚の開閉チェック

●備付家具・家電のチェック（キズ・汚れ・破れ、リモコンボタン、オンオフの動作確認）

※新居に入る時も同様の点をチェックし、あれば指摘しておく

注意点

●引越しと立ち合い確認の日は別日がベター。荷物のない状態でチェックするため。

●シンガポールでは、コンドミニアムは基本的に休祝日の引越作業はできないので、平日に実施。

シンガポールの引越しで必要な手続き

■住所変更届
勤務先、銀行、保険会社、携帯電話、インターネット関連、各種会員制サービス・団体などオンラインや窓口など、それぞれに連絡する。

■銀行
シンガポールの大手銀行（DBS、UOB、OCBCなど）のオンラインバンキング（Internet Bankingとも）でプロファイル登録、住所変更が可能。
　オンラインバンキングに加入していない場合は、パスポートのコピー、現住所を証明するもののコピー（水道、ガス、電気などの料金明細）、申請フォームを銀行に郵送、または銀行に持参する。

■郵便局
転送届を出せば、20ドル／月で郵便物の転送対応可能。

■SP Service（ガス）
前住居の方を閉め、新住居側を開設。電話やオンラインで可能。料金は日割りで指定できる。

■EP・DP・Spassの住所変更
EP、DP、Spassは就労許可保持者の居住状況と連動しているため、現住所の登録が必要。
MOMサイト：
https://www.mom.gov.sg/passes-and-permits/employment-pass/notify-mom-of-changes

日本への帰任が決まった夜。
「こんなにたくさんの荷物どうするの？」と夫の声。
「どうしよっか、困ったね。」と微笑む私。
実は私には秘策がある。
パソコンはもう、クラウンラインのホームページを開いている。

クラウンライン

急な帰国、その時に…

6266-6150（日本語デスク）
6261-0880（代表番号）
singapore@crownline.com.sg

モバイルからでも簡単問い合わせ

CROWN LINE (PTE) LTD
2 Penjuru Lane Jurong S609183
http://sg.crownline.jp/